

Technická univerzita v Liberci

FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ-HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ

Katedra: Tělesné výchovy
Studijní program: Tělesná výchova a sport
Studijní obor: Tělesná výchova a geografie se zaměřením na vzdělávání

Možnosti využití netradičních her na 2. stupni základních škol

Possibilities of using non-traditional sport games on the second stage of a primary school

Bakalářská práce: 2013-FP-KTV-39

Autor:
Tereza Kozáková

Podpis:

Adresa:
Přátelství 550
506 01, Jičín

Vedoucí práce: Mgr. Jaroslav Kupr

Konzultant:

Počet

stran	grafů	obrázků	tabulek	pramenů	příloh
76		46		23	

V Liberci dne: 26.04.2013

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Tereza KOZÁKOVÁ**
Osobní číslo: **P09000401**
Studijní program: **B7401 Tělesná výchova a sport**
Studijní obory: **Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání**
Geografie se zaměřením na vzdělávání
Název tématu: **Možnosti využití netradičních her na 2. stupni základních škol**
Zadávací katedra: **Katedra tělesné výchovy**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Vytvoření metodické řady vybraných netradičních sportovních her na 2. stupni základních škol.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

KUPR, Jaroslav ; RJABCOVÁ, Helena ; SUCHOMEL, Aleš. Metodika her méně rozšířených ve školní tělesné výchově. Liberec : Technická univerzita v Liberci, 2010. 94 s.

MAZAL, Ferdinand. Pohybové hry a hraní. Olomouc : Hanex, 2001. 292 s.

PRŮCHA, Jan. Moderní pedagogika. 4. doplněné vydání. Praha : Portál, 2005. 480 s.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Jaroslav Kupr
Katedra tělesné výchovy

Datum zadání bakalářské práce: **29. dubna 2011**

Termín odevzdání bakalářské práce: **29. dubna 2012**



doc. RNDr. Miroslav Brzezina, CSc.
děkan

L.S.



PaedDr. Jindřich Martinec
vedoucí katedry

V Liberci dne 3. května 2011

Čestné prohlášení

Název práce: Možnosti využití netradičních her na 2. stupni základních škol
Jméno a příjmení autora: Tereza Kozáková
Osobní číslo: P09000401

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů, zejména § 60 – školní dílo.

Prohlašuji, že má bakalářská práce je ve smyslu autorského zákona výhradně mým autorským dílem.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím bakalářské práce a konzultantem.

Prohlašuji, že jsem do informačního systému STAG vložila elektronickou verzi mé bakalářské práce, která je identická s tištěnou verzí předkládanou k obhajobě a uvedla jsem všechny systémem požadované informace pravdivě.

V Liberci dne: 26. 04. 2013

Tereza Kozáková

Ráda bych poděkovala panu Mgr. Jaroslavu Kuprovi za odborné vedení moji bakalářské práce a za jeho rady a postřehy. Dále patří velké díky panu Štěpánovi Velemu, který mi pomohl se získáváním informací pro tuto bakalářskou práci.

Možnosti využití netradičních her na 2. stupni základních škol

Tereza Kozáková

13-FP-KTV- 39

Anotace

Hlavním tématem této práce jsou možnosti využití sportovních netradičních her na 2. stupni základních škol. Práce se zpočátku zabývá vývojem tělesné výchovy na území České republiky od 50. let 18. století až do dnešní doby a také různými termíny, které jsou spojeny s tělesnou výchovou a netradičními hrami. V práci bylo využito a následně vyhodnoceno anketní šetření, které umožnilo vybrat dvě netradiční hry, pro které byly vytvořeny metodické materiály.

Klíčová slova: netradiční hry, tělesná výchova, tchoukball, brännball.

Possibilities of using non-traditional sport games on the second stage of a primary school

Annotation

The main topic of this paper is the possibilities of using non-traditional sport games at the second level of primary schools. Initially, the paper is concerned with the evolution of physical education in the Czech Republic from the 1750s until today and also with certain terms, which are associated with physical education and with non-traditional games. The method of survey was used and consequently assessed in the paper, allowing two non-traditional games to be chosen, for which methodical materials were created.

Key Words: non-traditional games, physical education, tchoukball, brännball.

Obsah:

Úvod.....	11
1 Cíle práce	12
1.1 Hlavní cíl.....	12
1.2 Dílčí cíle práce	12
2 Tělesná výchova na ZŠ	13
2.1 Tělesná výchova na českém území do r. 1945.....	13
2.2 Tělesná výchova od r. 1945 do r. 1989.....	15
2.3 Tělesná výchova po roce 1989.....	16
2.4 Hra, sport a sportovní hry	18
2.5 Tradiční a netradiční sportovní hry.....	19
2.5.1 Tradiční sportovní hry	19
2.5.2 Netradiční sportovní hry	20
2.6 Ontogeneze dětí ve věku 11 – 15 let.....	22
2.7 Anketa.....	23
3 Metodika práce	24
3.1 Charakteristika souboru	24
3.2 Výsledky a diskuze	24
3.3 Závěry ankety	31
4 Tchoukball	32
4.1 Stručná pravidla hry	32
4.1.1 Materiální vybavení	32
4.1.2 Cíl a průběh hry	33
4.1.3 Hřiště, hrací doba a počet hráčů.....	34
4.1.4 Zahájení hry	34
4.1.5 Povolný způsob hry.....	34
4.1.6 Zisk bodu	34
4.1.7 Porušení pravidel	35
4.2 Přípravné hry a cvičení	36
5 Brännball.....	56
5.1 Stručná pravidla hry.....	56
5.1.1 Materiální vybavení	56
5.1.2 Hřiště, hrací doba a počet hráčů.....	57

5.1.3	Princip hry.....	58
5.1.4	Hra na pálce a zisk bodů.....	59
5.1.5	Hra v poli a zisk bodů.....	62
5.2	Průpravné hry a cvičení	63
6	Závěr	72
7	Literatura.....	74

Seznam obrázků

Obr. č. 1 - Věkové složení respondentů.....	25
Obr. č. 2 - Respondenti - poměr mužů na žen	25
Obr. č. 3 - Znalost sportovních netradičních her	26
Obr. č. 4 - Netradiční hry, o kterých respondenti nikdy neslyšeli	27
Obr. č. 5 - Netradiční hry zařazené do tělesné výchovy	27
Obr. č. 6 - Porovnání ve využití a znalosti netradičních her v TV	28
Obr. č. 7 - Vybavenost škol pro využití netradičních her v TV	29
Obr. č. 8 - Používání metodického materiálu respondenty při hodinách TV	30
Obr. č. 9 - Zájem respondentů o metodický materiál netradičních her	30
Obr. č. 10 - Porovnání znalosti net. her a požadavku na metodický materiál net. her ...	31
Obr. č. 11 - Odrážedlo, tchoukadlo.....	33
Obr. č. 12 - Míč na tchoukball	33
Obr. č. 13 - Spodní přihrávka	36
Obr. č. 14 - Vrchní přihrávka.....	37
Obr. č. 15 - Průběh přihrávání	37
Obr. č. 16 - Systém přihrávání	38
Obr. č. 17 - Chytání míče.....	39
Obr. č. 18 - Chytání míče.....	40
Obr. č. 19 - Chytání míče ve skluzu	41
Obr. č. 20 - Dotek dlaní zdi při odehrání míče zpět nahrávači	42
Obr. č. 21 - Průběh přihrávání u cvičení 4.....	43
Obr. č. 22 - Chytání míče.....	44
Obr. č. 23 - Směr přihrávek	44
Obr. č. 24 - Průběh cvičení 5C.....	45
Obr. č. 25 - Cvičení 6A.....	46
Obr. č. 26 - Průběh cvičení 6C.....	47
Obr. č. 27 - Záběr hráčů při tréninku cvičení 6C	48
Obr. č. 28 - Průběh cvičení 7	49
Obr. č. 29 - Průběh cvičení 8	50
Obr. č. 30 - Průběh cvičení 9	51
Obr. č. 31 - Výchozí postavení u cvičení 10.....	52

Obr. č. 32 - Výchozí postavení u cvičení 11	53
Obr. č. 33 - Výchozí postavení žáků u cvičení 12	54
Obr. 34 - Výchozí postavení u cvičení 13	55
Obr. č. 35 - Pálka na brännball	57
Obr. č. 36 - Brännbalové hřiště	58
Obr. č. 37 - Protokol pro brännball	59
Obr. č. 38 - Protokol - vyplňování	61
Obr. č. 39 - Práce brännnera	62
Obr. č. 40 - Možné pozice během přihrávky o zeď	64
Obr. č. 41 - Přihrávka	65
Obr. č. 42 - Průběh přihrávání v běhu u varianty A	66
Obr. č. 43 - Průběh přihrávání v běhu u varianty C	66
Obr. č. 44 - Průběh u cvičení "Oči na stopkách"	67
Obr. č. 45 - "Hod" a běž"	69
Obr. č. 46 - "Odpal a běž"	70

Úvod

Bakalářská práce je zaměřena na využití sportovních netradičních her na 2. stupni základních škol. Pohyb pro děti ve věku 11 až 15 let je velice důležitý. Ovšem zabavit či upoutat pozornost dětí tohoto věku je často velmi obtížné. Toto téma bylo zvoleno, protože netradiční sportovní hry se stávají čím dál více populární u širší veřejnosti a jejich využití v tělesné výchově by mohlo přinést něco nového a zajímavého pro žáky 2. stupně základních škol. Dalším důvodem, proč bylo vybráno toto téma, je bezpečnost dětí při tělesné výchově. Mnoho her je kontaktních a žáci se mohou lehce zranit. Spoustu sportovních netradičních her bylo vymyšleno právě na základě tohoto faktu, aby i méně obratní jedinci mohli mít radost z pohybu a především aby nedocházelo k úrazům.

Ze začátku je práce věnována historii tělesné výchovy na území České republiky až do doby, kdy vznikl Rámcový vzdělávací program (RVP), který od roku 2007 (zavedení RVP na ZŠ) umožňuje zařazení netradičních her do tělesné výchovy. V práci jsou také objasněny některé základní pojmy a termíny, které s tématem souvisí a vývoj dítěte ve věku 11 – 15 let.

Jako nejvhodnější možnost výzkumu byla zvolena metoda kvantitativního výzkumu ve formě ankety. Tímto způsobem lze získat poměrně velký počet respondentů v krátkém čase. Část práce je tedy věnována vyhodnocení ankety a na základě tohoto vyhodnocení jsou vybrány dvě sportovní netradiční hry, u kterých je zájem o metodický materiál a jeho využití při hodinách tělesné výchovy.

1 Cíle práce

1.1 Hlavní cíl

Cílem bakalářské práce je vytvoření metodické řady vybraných netradičních her pro žáky 2. stupně základních škol.

1.2 Dílčí cíle práce

- 1) Přehled vývoje tělesné výchovy na ZŠ.
- 2) Vytvoření ankety.
- 3) Vyhodnocení anketního šetření.
- 4) Vytvoření metodického materiálu pro vybrané netradiční hry.

2 Tělesná výchova na ZŠ

2.1 Tělesná výchova na českém území do r. 1945

Zavedení školní tělesné výchovy do škol jako povinného předmětu bylo do roku 1869 nemožné. Příčinou bylo náboženství a veřejnost, protože rodiče dětí viděli díky vlivu náboženství v tělesné výchově jen to špatné (z mravního hlediska). Jako nepovinný předmět se TV objevila roku 1861 na necelé polovině středních škol.

Prvním krokem pro celkový rozvoj školství (nejen tělesné výchovy) měl pád absolutistického režimu. Celý proces byl ale velmi pomalý. Ovšem po porážce Rakouska Pruskem (1866) přišla reforma školské soustavy. Roku 1867 se přejmenovalo ministerstvo vyučování na ministerstvo kultu a vyučování a především vstoupil v platnost zákon, který upravoval vztah školy a církve. Církev již neměla tak velké pravomoce zasahovat do školství, protože stát se stal nejvyšším orgánem, který spravoval školství. Velký význam pro zařazení tělesné výchovy jako povinného předmětu měl vznik Sokola (únor 1862), ale i armáda podporovala tuto myšlenku. A tak se během roku 1868 povedlo začlenit „tělocvik“ jako povinný předmět do některých obecných škol a učitelských ústavů. Avšak rozhodujícím krokem byl říšský zákon o školách obecných, vydaný roku 1869, který zavedl tělesnou výchovu jako povinný předmět v nižším školství, a následně roku 1870 byl vydán školní a vyučovací řád. Povinné byly 2 hodiny, které byly zařazeny do odpolední výuky. Bohužel zpočátku byl nedostatek kvalifikovaných učitelů, ale i tento problém se postupem času začal řešit. Zavedení tělocviku mělo bezpochyby mnoho kladů: např. získání základních hygienických návyků a tím i zlepšení zdravotního stavu dětí (Krátký, Marek, Kössl, 1986).

Vyhotovení osnov v roce 1874 (pro Čechy až r. 1877), kam byla zařazena cvičení pořadová, prostná, cvičení na nářadí a s náčiním, mělo přispět ke kvalitnější výuce. Efektivita tělesné výchovy však byla malá, a to kvůli velkému počtu žáků a většinou i nehygienickým podmínkám. Z rozhodnutí zemských sněmů byla zavedena tělesná výchova povinně do českých reálků v roce 1874. S úspěchem se zavedení tělocviku setkala u učitelů, sokolských funkcionářů a představitelů dělnické třídy a naopak problémem byli stoupenci klerikalismu a část veřejnosti. A díky tlaku těchto odpůrců byla v roce 1883 přijata novela zákona, která obsahovala mnoho osvobození

od tělesné výchovy, například u dívek byl tento předmět opět změněn na nepovinný. Tímto krokem se všechna dosavadní snaha z roku 1869 vrátila téměř na stejný bod. Naštěstí dalším rozvojem byl výnos ministra P. Gautscheho z roku 1890, který obsahoval doporučení zavést nepovinně pohybové hry na střední školy všech typů, a to zejména míčové hry, ale také plavání a bruslení. V roce 1909 úprava zákona o středních školách zavedla na střední školy tělesnou výchovu jako povinnou a roku 1913 byla povinná už i na dívčích středních školách.

Bohužel problémem stále zůstávala kvalifikovanost učitelů tělesné výchovy, protože úroveň výuky byla stále nízká. Proto byl r. 1870 vydán předpis o zkouškách kandidátů učitelství tělesné výchovy na středních školách a učitelských ústavech, které se skládaly z teoretické a praktické části a konaly se před komisí. Počet zkušebních komisí byl nedostačující a tak následovalo zřízení kursů. R. 1891 vydalo ministerstvo předpis o zřízení českého a německého kurzu v Praze (při Karlově univerzitě), který trval dva roky. Dalším problémem bylo vzdělávání učitelek tělesné výchovy, dokud nezasáhl Josef Klenka, díky němuž byl zřízen roku 1911/1912 kurs pro učitelky tělocviku na měšťanských školách. Kurzy žen i mužů však byly ukončeny z důvodu vypuknutí první světové války a následně roku 1917/1918 byly opět zahájeny (EAMOS 2002 – 2013; Kössl, Štumbauer, Waic, 2004).

Po vzniku Československa docházelo ke změnám jak ve struktuře, tak v organizaci školství, jen velmi pomalu. Roku 1918 byl vydán zákon, který zřídil ministerstvo školství a národní osvěty (MŠANO). Toto ministerstvo převzalo rakouskou organizaci. Povinné dvě hodiny tělesné výchovy byly zavedeny na všech typech základních i středních škol, na dívčích školách nevyjímaje. Malý školský zákon z roku 1922 sjednotil povinnou školní docházku na 8 let a zároveň byly vydány nové školní osnovy, tedy i včetně osnovy školní tělesné výchovy. Osnovy dále vycházely z Tyršovy soustavy a byla podtrhnuta důležitost sezónních a venkovních cvičení (lyžování, bruslení, sáňkování, plavání,...). Ke zvyšování kvalifikace učitelů a samotné kvality výuky velkou měrou přispívaly státní tělovýchovné kurzy. Pořádaly se od roku 1922 pro různá odvětví: od sportovních kurzů přes kurzy rytmické gymnastiky až po kurzy lyžování. O tyto kurzy byl velký zájem; během pěti let se uskutečnilo okolo 500 kurzů. Nejen že měly náležitou úroveň, ale především kladně ovlivnily tělesnou výchovu. Další podstatnou změnou, která přišla v roce 1935, bylo zřízení IV. oborů, přičemž příprava učitelů zahrnovala tělesnou výchovu + vyučovací jazyk + další

předmět. Nesmí být opomenuto nařízení MŠANO z roku 1919, kdy byli učitelé na středních školách zrovnoprávněni s ostatními učiteli na tomto stupni, a to ohledně výše mezd a počtu hodin výuky.

Velkým posunem mělo být vydání zákona r. 1935 o zřízení Tyršova národního tělovýchovného ústavu. Ovšem toto rozhodnutí národního shromáždění zůstalo pouze na papíře, protože nebyl dostatek peněz pro jeho provoz. Na počátku 30. let se také začalo zdůrazňovat, jak jsou v tělocviku důležitá přirozená cvičení a výchovné a zdravotní aspekty školní tělesné výchovy. To vše mělo za následek vytvoření nových osnov z let 1932 a 1933, kde už se nevycházelo z Tyršovy soustavy, ale tělesná výchova se orientovala hlavně na zdraví dětí. Za vznik těchto osnov se zasloužili zejména prof. MUDr. Karel Weigner, Ferdinand Horák, František Trnka a další. Dále se zvyšovala kvalita výuky a nároky na vzdělání učitelů.

Bohužel v buržoazní republice nedošlo ke sjednocení jednotlivých stupňů výuky. Ty nadále fungovaly jako jednotlivé celky a každý celek si řešil své problémy sám. Také nebyl vyřešen problém s nedostatkem tělocvičen a hřišť, aby výuka tělesné výchovy mohla probíhat efektivněji (Krátký, Marek, Kössl, 1986).

2.2 Tělesná výchova od r. 1945 do r. 1989

Po skončení druhé světové války přichází zvýšení důrazu na političnost. Změna přišla i v tělesné výchově, a to především v její orientaci. Cíle a úkoly ve školní tělesné výchově byly formulovány na zdravotní, výchovné a vzdělávací. Od roku 1948 byla zavedena dívčí a i chlapecká školní tělesná výchova do všech typů škol jako povinný předmět s tím, že hodiny dívek a chlapců byly rozděleny. Jednotná osnova pro všechny stupně (od začátku školní docházky do střední školy) byla zavedena roku 1960 a jako nepovinné předměty byly zařazeny sportovní hry a pohybové hry pro nižší třídy. Samozřejmě v osnovách bylo bráno v potaz i branné hledisko a dále zdravotní a sociální výchova a teorie tělesné výchovy. Roku 1952 se stal tělocvik povinný i na vysokých školách.

Velká změna přišla s rokem 1954, kdy byly zavedeny „normativní osnovy“ tělesné výchovy. Začaly se zvyšovat nároky na žáky a musely se plnit jasně dané úkoly dle výkonnostních limitů u měřitelných disciplín a kontrolních cviků různé obtížnosti u cvičení průpravných, akrobacie, atd. Základem curricula byla gymnastika, sportovní

průprava v atletice a hry plus teorie z tělesné kultury. Ovšem tyto výkonnostní normativy měly velký negativní ohlas a tak byly roku 1957 z osnov odstraněny. Úprava curricula z roku 1960 měla za cíl propojit povinnou školní tělesnou výchovu s tělovýchovnou zájmovou činností, proto bylo učivo rozděleno do tří stupňů (základní – povinná školní těl. výchova, druhý – rozšiřující na školách i v tělovýchovných jednotách, třetí – výkonnostní sport).

Sedmdesátá a osmdesátá léta znamenala posun, protože posílila snahy, které zpochybňovaly dominantu sportovního pojetí školní tělesné výchovy. Změnily se tedy i cíle tělesné výchovy, které se zaměřovaly na prožitek z pohybu, tělesné sebepojetí, zvládnutí dovedností v nejpobulárnějších sportech, utváření pozitivních postojů k pohybové činnosti, atd. (Vilímová 2002; Nováček, 2001).

2.3 Tělesná výchova po roce 1989

Díky společenským změnám, ke kterým došlo v roce 1989, se změnila obsahová, organizační i řídící stránka ve školství. V první řadě byly rozděleny školy na státní, soukromé a církevní, dále byly kladeny větší nároky na žáky a hlavně na učitele (příprava obsahu vyučování, ...), byla zavedena forma soustředěného vyučování (sportovní tábory,...) a vznikaly sportovní kluby na školách. Tato větší otevřenost curricula měla vést k utváření pozitivních postojů k pohybu a sportu a ke zdravému životnímu stylu (Vilímová, 2002).

V roce 2005 (pilotní školy) vstoupil v platnost nový systém vzdělávání žáků od 3 do 19 let. Nové kurikulární dokumenty jsou členěny do dvou stupňů. Do státního stupně, vyššího, patří Národní program vzdělávání a Rámcový vzdělávací program pro předškolní, základní a střední vzdělávání. Tento rámcový vzdělávací program (RVP) vymezuje závazné rámce vzdělávání pro jednotlivé etapy (předškolní, základní, střední). Školní stupeň tvoří Školní vzdělávací systém, který si školy utvářejí zcela individuálně, ale podle zásad RVP. Tvorba může vznikat na základě různých metod – řízený rozhovor, SWOT analýza, pozorování, diskuse, atd. Je důležité, aby se do jeho tvorby zapojili především všichni pedagogičtí pracovníci školy, ale také žáci a jejich rodiče.

Tělesná výchova patří spolu s Výchovou ke zdraví do vzdělávací oblasti **Člověk a zdraví**. Celá tato oblast se zabývá podněty a postoji, které ovlivňují zdraví. Žáci

by měli poznávat sami sebe a pochopit hodnotu zdraví, proto je tato oblast zaměřena především na osvojování dovedností a způsobů chování, které vedou ke zdravému životnímu stylu.

Tělesná výchova je zaměřena na poznávání vlastních pohybových možností a zájmů žáků na jedné straně a na poznávání konkrétních účinků pohybových činností jak na tělesnou zátěž, tak na duševní a sociální pohodu na straně druhé. Důraz při osvojování pohybových dovedností je kladen na žákův prožitek z pohybu a z komunikace při pohybu. V učivu pohybových dovedností na druhém stupni se nachází netradiční pohybové hry a činnosti ve dvou bodech, ovšem jejich výběr je na každé škole zcela individuální, takže RVP nechává školám v tomto případě volnou ruku. Zde jsou uvedeny všechny body učiva pohybových dovedností (RVP, 2007).

Učivo:

- pohybové hry – různé zaměření; netradiční pohybové hry a aktivity,
- gymnastika – akrobacie, přeskoky, cvičení s náčiním a na nářadí,
- estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmičným doprovodem – základy rytmičké gymnastiky, tance, ...,
- úpoly – základy sebeobrany, základy aikidó, judó, karatedó,
- atletika – běhy (rychlostní, vytrvalostní), základy překážkového běhu, skok do dálky a do výšky, hod míčkem (granátek) a vrh koulí,
- sportovní hry (alespoň dvě hry podle výběru školy) – herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání dle pravidel žákovské kategorie,
- turistika a sporty v přírodě - příprava turistické akce, přesun do terénu a uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu v roli chodce a cyklisty, chůze se zátěží i v mírně náročném terénu, táboření, ochrana přírody, základy orientačního běhu, dokumentace z turistické akce,
- plavání (podle podmínek školy – zdokonalovací plavecká výuka, pokud neproběhla základní plavecká výuka, musí předcházet adaptace na vodní prostředí a základní plavecké dovednosti) – další plavecké dovednosti, další plavecký způsob (plavecká technika), dovednosti záchranného a branného plavání, prvky zdravotního plavání a plaveckých sportů, rozvoj plavecké vytrvalosti,

- lyžování, snowboarding, bruslení - (podle podmínek školy) – běžecké lyžování, lyžařská turistika, sjezdové lyžování nebo jízda na snowboardu, bezpečnost pohybu v zimní horské krajině, jízda na vleku; (další zimní sporty podle podmínek školy),
- další (i netradiční) pohybové činnosti (podle podmínek školy a zájmu žáků) (RVP, 2007).

2.4 Hra, sport a sportovní hry

Pojem hra a sport mají mnoho znaků společných. Proto jsou velmi mnohoznačné a často se překrývají. Hra je však mnohem starší než sport, protože její počátky jsou zaznamenány již ve starověku. Tehdy měla hra nejen zábavnou funkci, ale často i výchovnou nebo sloužila náboženským účelům. Sport, který známe v dnešním slova smyslu, se objevil až v devatenáctém století (Táborský, 2004).

Najdeme mnoho definic hry a je těžké vybrat a říci, která z nich je nejsprávnější. Bezesporu ale všechny definice k sobě mají blízko. Tentokrát byla vybrána definice od holandského historika J. Huizinga, který definuje hru takto: Hra je dobrovolná činnost, která je vykonávána uvnitř pevně stanovených časových a prostorových hranic, podle dobrovolně přijatých, ale bezpodmínečně závazných pravidel, která má svůj cíl v sobě samé a je doprovázena pocitem napětí a radosti a vědomím „jiného bytí“, než je „všední život“, (Huizinga, 1971). Pokud se tato definice porovná s jinými, tak téměř ve všech je možné najít čtyři společné znaky. Jedním z nejdůležitějších znaků je to, že hra má být činnost dobrovolná. Jako druhý znak je specifický čas a prostor pro hru. Nelze opomenout ani fakt, že každá hra podléhá určitým pravidlům. Poslední znak, nebo spíše vlastnost, říká, že hra je neproduktivní, což znamená, že hra nevytváří žádné produkty, hodnoty, hra si neklade žádné cíle a pokud vzniká něco nového, tak to vzniká spontánně a neplánovaně (Prýmasová, 2008).

Jak už bylo řečeno, sport má ke hře velice blízko. Sport je pohybová aktivita, která za relativně krátkou dobu prodělala rychlý rozvoj. Má několik podob – sport rekreační (pro každého), výkonnostní a vrcholový. Opět lze nalézt více definic sportu a zde byla zvolena definice od Evropské charty sportu: Sport jsou všechny formy tělesné činnosti, které si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné i psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních (ať organizovaný nebo ne) (Evropská charta sportu, 1992).

V dnešní době se sport stává velice výhodným zdrojem příjmu peněz, pokud se samozřejmě jedná o vrcholový sport, jehož úrovně dosáhne malý počet jedinců. Nejenže sport přiláká mnoho lidí, kteří se stávají nadšenými diváky, ale už jenom fakt, že někteří sportovci si nechávají platit pouze za účast na závodech, je jasným ukazatelem, jaké peníze „se točí“ právě v profesionálním sportu a že sport je mnohokrát obchodním artiklem.

Sportovní hry zařazujeme jako určitou skupinu sportovního odvětví. Na rozdíl od jiných sportů, při sportovní hře proti sobě zápasí dva soupeři, ať už jednotlivci, dvojice či družstva o více jak dvou členech. Společný těmto dvěma soupeřům je jeden sportovní předmět, o který družstva soupeří a pouze výjimečně se mohou na hřišti objevit dva předměty (např.: ringo). Sportovní hry lze členit podle různých kritérií. Může to být podle společné (basketbal) nebo oddělené hrací plochy (volejbal), podle počtu hráčů mohou být sportovní hry individuální, párové nebo týmové nebo dle způsobu pohybu, což je přirozený pohyb, pohyb ve vodě, využití výzbroje (brusle) či využití živých a neživých prostředků, atd. Každá sportovní hra má svá pravidla. Tato pravidla stanovují rozměry hrací plochy s jejím členěním, charakterizují společný sportovní předmět, délku utkání, určování výsledku, počet hráčů a pomocné vybavení. Na dodržení pravidel vždy dohlíží rozhodčí. Toto jsou společné základní charakteristické znaky sportovních her. Samozřejmě každá sportovní hra má svá pravidla, která se často rozkládají až na několik desítek stran (Táborský, 2004; Vilímová, 2002).

2.5 Tradiční a netradiční sportovní hry

2.5.1 Tradiční sportovní hry

Sportovní hry jsou součástí osnov tělesné výchovy na každé základní škole. Tradičními jsou nazývány proto, že to jsou tzv. velké sportovní hry, které jsou velmi populární a mají svou dlouholetou tradici. Mezi tradiční sportovní hry se řadí basketbal, fotbal, házená, volejbal a další. Ovšem takovéto hry mají často složitá pravidla a jsou náročné na pohybovou koordinaci a dovednosti žáků. Proto jsou většinou pravidla ve školní tělesné výchově u těchto her upravována a zjednodušována. Důsledkem těchto faktů se může stát, že hra pak ve škole nemá takovou úroveň a žáci ztrácí zájem. Tudíž žáci jsou daleko častěji vášnivými fanoušky těchto tradičních sportovních her,

ale ve školní tělesné výchově je nebaví. Učitelé by tedy měli častěji zařazovat do tělesné výchovy tzv. netradiční sportovní hry.

2.5.2 Netradiční sportovní hry

Pro netradiční sportovní hry je příhodnější používat název „méně známé (rozšířené) pohybové a sportovní hry“. Mohou sem spadat hry úplně nové nebo hry v České republice málo rozšířené (ale v jiných zemích mohou být velmi populární). Použitím právě takovýchto her lze zvýšit atraktivnost školní tělesné výchovy, protože děti rády zkusí něco nového. Šebrle (1997) převzal členění méně známých her od autorů Žiga a Mikuše (1995), a to do sedmi skupin. Přestože od vydání knihy *Známé i méně známé pohybové a sportovní hry* (1997) od Z. Šebrleho se spoustu netradičních her pro náš národ stalo tradičních, pořád tu zbývá i mnoho těch, které zůstávají stále netradičními. Proto z každé skupiny méně známých sportovních her je níže uvedena pro příklad alespoň jedna hra, která je stále řazena do netradičních her.

a) Basketbalové hry

- Korfbal – je hra, která vznikla v Holandsku a cílem je míčem nastřílet co nejvíce košů, které smějí projít košem pouze směrem ze shora dolů, a to pomocí přihrávek mezi spoluhráči. Družstvo se skládá z 8 členů. Herní pole je rozděleno na útočnou a obrannou zónu a hraje zde vyrovnaný počet dívek a chlapců, což znamená, že v každé zóně jsou dva hráči a dvě hráčky, kteří si pravidelně střídají zóny se svými spoluhráči (Táborský, 2004).

b) Fotbalové hry

- Fusvolejbal – hra, kde se využívá dovedností z volejbalu i nohejbalu, neboť se hraje na volejbalovém hřišti přes nízkou síť a dovolené úderů jsou nohou i rukou. Ovšem v přední vymezené zóně, která sahá 3 metry od sítě, se horní končetinou přes síť zahrát nemůže. Družstvo může mít tři členy, jejichž cílem je donutit soupeře k chybě (dvojdotek, trojí zahrání míče, atd.) a tím získat bod pro své družstvo. Hraje se na dva nebo tři vítězné sety, přičemž jeden set se hraje do deseti bodů (Táborský, 2004).

c) Házenkářské hry

- Ultimate frisbee – je bezkontaktní hra, kde proti sobě hrají dvě družstva. Velikost hřiště je polovina fotbalového hřiště na šířku a na koncích jsou vyznačeny 18 metrové koncové zóny. Cílem hráčů je dostat disk do koncové

zóny pouze přihrávkami, hráči se nesmí s diskem pohybovat. Družstvo ztrácí disk, pokud hráč neodehraje disk do 10 vteřin, disk spadne na zem, protihráči disk srazí nebo pokud je přihrávka chycena v autu. Vítězí družstvo, které má na konci hrací doby větší počet bodů (Online portál o frisbee, 2008).

d) Hokejové hry

- Lakros – kolektivní hra, která se hraje s lakrosovou holí a míčkem. Cílem je dostat míček do brány, kterou brání brankář v hokejové výstroji. Kolem brány je brankoviště s průměrem 6 m, do kterého nesmí hráči (mimo brankáře) vstoupit. Hrací prostor není vymezen, ale brány jsou od sebe vzdáleny 50 metrů a hráči musí probíhat přes půlící čáru v 30 metrovém prostoru vymezeném praporky. Útočící družstvo má na útok 30 vteřin, potom ztrácí míč. Hráči do 18 let jsou povinni nosit ochranu hlavy – helma nebo lakrosové brýle. (Lakros klub, 2011).

e) Pálkovací hry

- Krokety – je hra pro dva (single) nebo čtyři (double) hráče. Hraje se na travnaté ploše tvaru obdélníku, kde jsou rozestaveny branky, kterými hráči musí projít se svými dřevěnými koulemi v přesném pořadí k cílovému kolíku. Kouli lze zasáhnout pouze holí, která se skládá z násady a kladiva (Asociace Českomoravského krocketu, 2004).

f) Tenisové hry

- Ricochet – je hra pro dva hráče podobná squash, ale je pomalejší a méně náročná na techniku. Ke hře je tedy potřeba raketa, která je ještě menší než squashová raketa. Hraje se o boční stěny, přední stěnu a strop. Cílem je donutit hráče k chybě a tím získat bod (vítězí hráč, který vyhraje 3 sety) (Ricochet Czech Republic, 2013).

g) Volejbalové hry

- Faustbal – míčová hra, která se může vzdáleně podobat volejbalu – kurt je rozdělen sítí, přes kterou družstva mohou odehrát míč pouze předloktím a pěstí. Pro hru je vhodný volejbalový míč. Týmu je povoleno dotknout se míče 3krát (2 přihrávky a odbití přes síť) a míč může mezi každou přihrávkou spadnout jednou na zem. Při jedné výměně se může hráč dotknout pouze jednou. Může se hrát buď 2 x 10 min., nebo na 2 vítězné sety (set do 11 bodů) (Faustball Czech, 2013).

2.6 Ontogeneze dětí ve věku 11 – 15 let

Význam pohybu v životě člověka je velice důležitý a nenahraditelný, protože ovlivňuje zdravý vývoj člověka a chrání ho proti civilizačním chorobám. Ovšem pohybové aktivity musejí odpovídat věkové kategorii a zdravotnímu stavu jedinců. Věkové období od 11 do 15 let je období, kdy děti procházejí velkou řadou změn, protože okolo 12. roku života nastupuje období puberty a začínají se diferencovat zájmy a pohybové činnosti chlapců a dívek. Jejich růst kostry a svalstva je nerovnoměrný. Svalstvo roste více do délky než do šířky, zvláště končetiny rostou velice rychle a tato nerovnováha se často projevuje především na motorice dítěte. Zvláště děti, které nesportují, mají zhoršenou motoriku - nižší úroveň obratnosti, přesnost a plynulost pohybů. Mezi reakční projevy pohybové činnosti patří nárůst tepové frekvence z klidových 80 – 90 tepů/min na 180 tepů/min, ale může dosahovat až 210 tepů/min (u dospělých je tato hranice ovšem kritická). Dále se například také zvyšuje systolický krevní tlak z klidové hodnoty 110 na 130 – 140. Samozřejmě se také zvyšuje dechová frekvence i dechový objem. Pohyb je také důležitý pro architekturu kosti a složení svalových vláken (červená a bílá svalová vlákna) (Belšan, 1980; Průcha, 2007).

Důležitá otázka je volba pohybové aktivity ve vztahu k vývoji dítěte. Obecně platí pravidlo, že u dětí ve věku od 11 do 15 let by se měla nejvíce objevovat všeobecně rozvíjející cvičení. Z lékařského hlediska je v tomto věku velice vhodná motivace, časté povzbuzování a obměňování pohybových činností, a to především cvičení vytrvalostního charakteru a také individualizace učiva. Významné je, aby při svalové práci převažoval izotonický stah nad stahem izometrickým, protože ten negativně ovlivňuje vývoj kostí a chrupavek (Belšan, 1980).

Děti se dají rozdělit podle Švejcara do tří skupin, a to podle potřeby pohybové činnosti. První skupinu tvoří hypokinetické děti, které nemají téměř žádný pohyb a jsou velmi často obézní. Druhou skupinu představují hyperkinetické děti, které jsou zase naopak neustále v pohybu a při tělesné výchově mohou být i neukázněné, protože se mohou nudit. Největší skupinu tvoří normokinetické děti, které jsou vděčné za každý pohyb. Bohužel se v dnešní době přirozený pohyb vytrácí díky civilizačním chorobám jak u dospělých, tak i u dětí (Belšan, 1980).

Rozvoj rychlosti závisí především na přirozených schopnostech každého dítěte. Fyziologové tvrdí, že rychlostní schopnosti se formují do 12 – 13 let, avšak více záleží na biologickém než na kalendářním věku. Výzkumy také prokázaly, že rozvoj vytrvalosti je velice intenzivní právě mezi 11. a 15. rokem a nejvhodnější pro rozvoj běžecké vytrvalosti je dlouhotrvající běh při tepové frekvenci 130 – 150 tepů/min. Naopak rozvoj svalové síly má omezená období. K největšímu nárůstu svalové síly dochází mezi 13 – 15 roky, ovšem maximální svalové síly je možno dosáhnout až mezi 16. – 20. rokem života. Doporučuje se tedy ve věku 11 až 15 let posilovat především břišní a zádové svaly, pletenec pažní a nohy. Rozvoj koordinačních schopností má nejdelší období, a to od 7 do 13 let, přičemž nejrychlejší rozvoj nastává od 7 do 11 let (Belšan, 1980; Průcha, 2007).

2.7 Anketa

Anketa je nesystematický průzkum názorů dotazem u obvykle malé skupiny respondentů, kteří nesplňují statistická kritéria (Winkler, Petrusek, 1997). Anketní šetření velice rádi využívají studenti vysokých škol pro seminární práce a neméně pro své bakalářské či diplomové práce. Důvodem je především získání cenných názorů předem definované skupiny lidí na dané téma. Mnohdy na anketě stojí celá studentská práce. Mohou být využity otevřené a uzavřené otázky, avšak většinou je vhodnější použít uzavřené otázky pro následné snadnější vyhodnocování ankety.

3 Metodika práce

Anketní šetření bylo zvoleno pro získání informací o využívání netradičních sportovních her na 2. stupni základních škol. Anketa obsahuje celkem devět otázek. U většiny otázek byla zvolena uzavřená forma s možností buď jedné nebo více odpovědí.

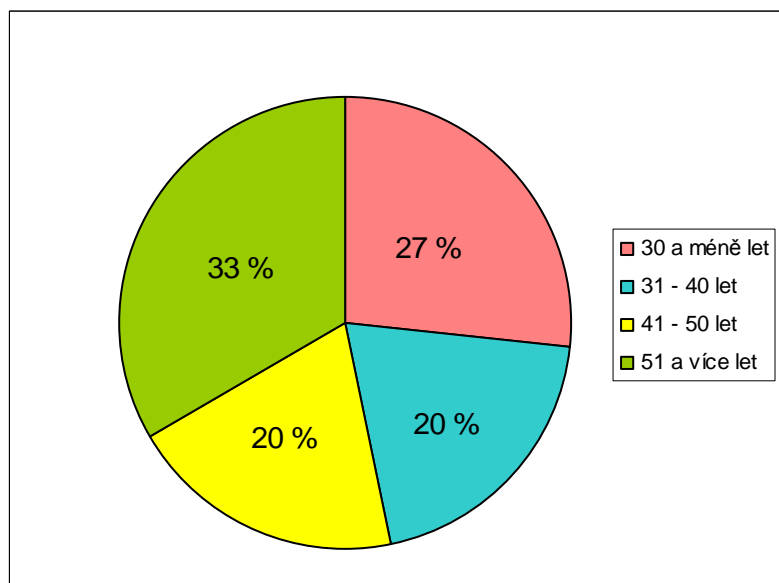
3.1 Charakteristika souboru

Dotazovaným souborem byli pouze učitelé tělesné výchovy na 2. stupni ZŠ. Vybrání byli učitelé z Libereckého kraje a Prahy. Velikost souboru je 45 respondentů a sběr dat probíhal v září a říjnu roku 2012. Návratnost ankety lze hodnotit pozitivně – z 63 rozeslaných anket bylo vráceno 45, což znamená že úspěšnost návratnosti ankety v procentech je 72 %. Elektronická podoba ankety byla zvolena z několika důvodů – náklady jsou minimální, časová náročnost na tvorbu a získání výsledků zpět je mnohem menší než u písemné formy. Ankety byly zaslány učitelům přímo na školní e-mail (který byl vyhledán povětšinou z webových stránek škol).

3.2 Výsledky a diskuze

Věkové složení respondentů

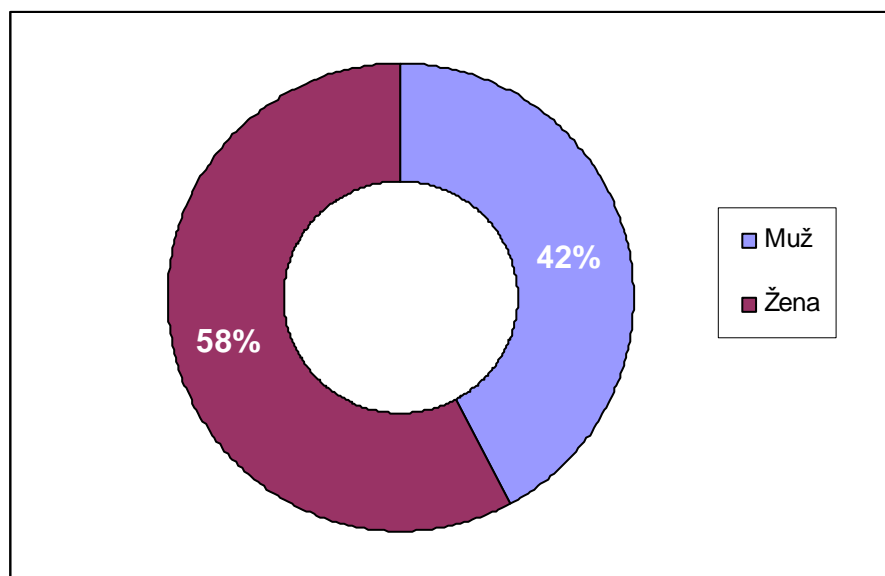
Věkové složení učitelů tělesné výchovy je poměrně vyrovnané (viz obr. č. 1). Největší podíl však zaujímají učitelé ve věku 51 let a více. Na druhém místě jsou mladí učitelé pod 30 let věku, což znamená o něco větší přísun mladých učitelů, než v předešlých dvaceti letech.



Obr. č. 1 - Věkové složení respondentů (zdroj: vlastní)

Respondenti – poměr žen a mužů

Obr. č. 2 ukazuje, že nadpoloviční většina učitelů tělesné výchovy jsou ženy, ovšem rozdíl není tak markantní a podíl žen a mužů v roli učitelů se začal vyrovnávat.



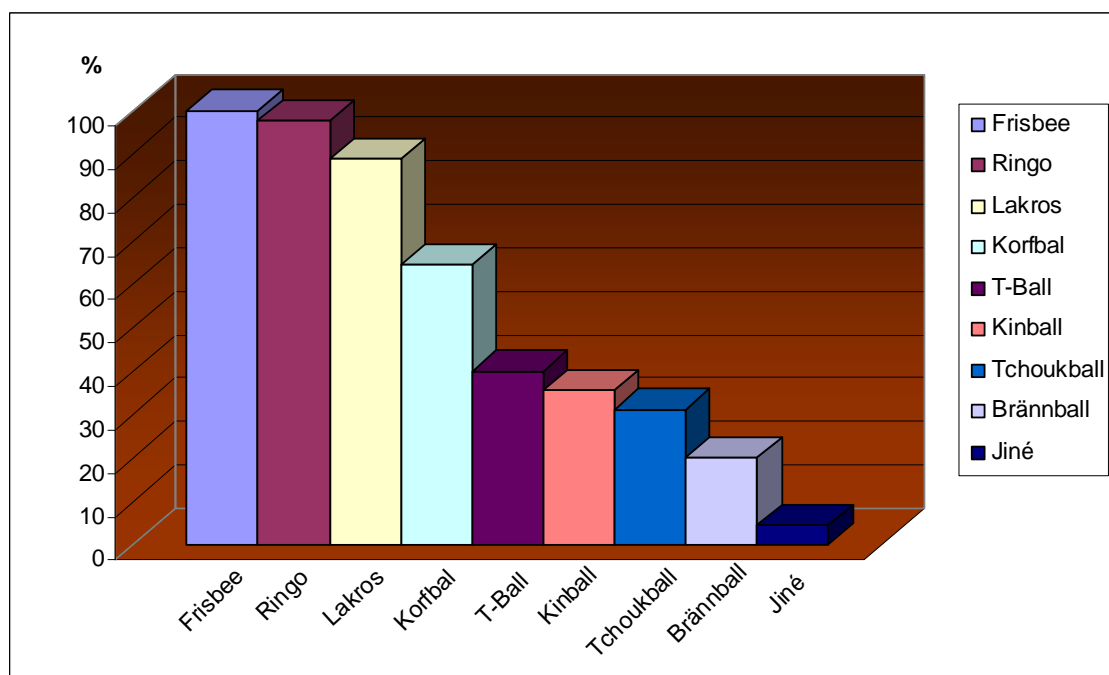
Obr. č. 2 - Respondenti - poměr mužů na žen (zdroj: vlastní)

Jaké sportovní netradiční hry znáte?

Podle výsledků na obr. č. 3 je vidět, že mezi nejznámější netradiční sportovní hry, které znají všechny věkové kategorie, patří jednoznačně frisbee, dále pak ringo a lakros. Je zajímavé a rozhodně jedině ku prospěchu, že i učitelé pokročilého věku znají některé novodobé hry. Nadpoloviční většina respondentů zná také hru korfbal.

Mezi méně známé hry patří podle učitelů tělesné výchovy hra t-ball, kinbal, tchoukball a brännball. Tyto hry znalo méně než 50 % učitelů. Ačkoli dotazovaní ještě měli možnost napsat jiné hry, které z okruhu netradičních her znají, tak ze 45 respondentů využil této odpovědi pouze jediný, který sdělil, že zná hru „Bumbác“. Z toho tedy vyplývá, že jiné netradiční hry, než které byly na výběr v anketě, tělocvikáři neznají.

Pozitivní informací je, že není nikdo, kdo by neznal žádnou netradiční hru. Otázkou však zůstává, zda tyto hry, které učitelé znají, také využívají při hodinách tělesné výchovy.

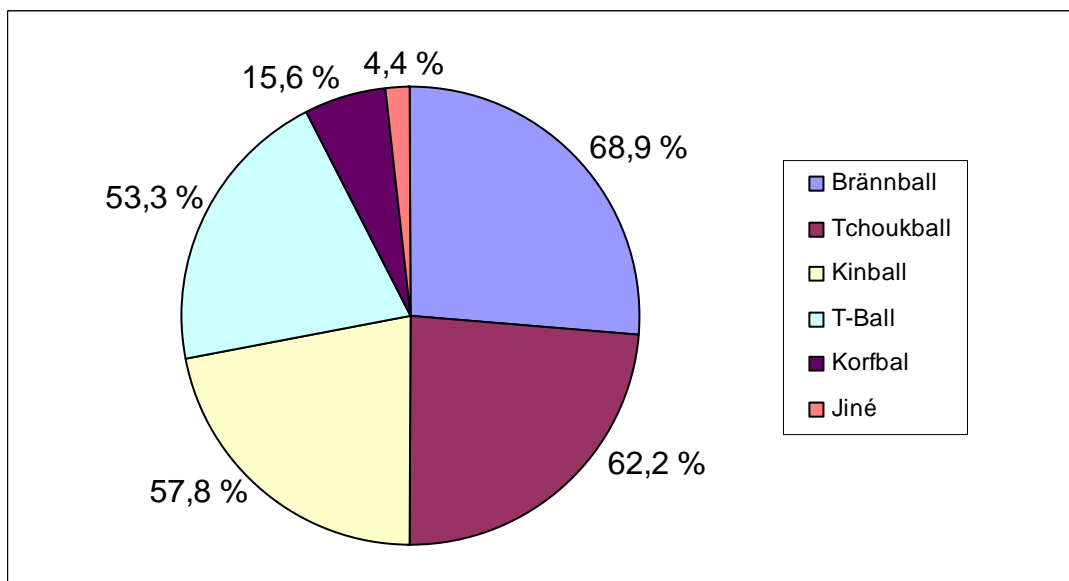


Obr. č. 3 - Znalost sportovních netradičních her (zdroj: vlastní)

O kterých sportovních netradičních hrách jste NIKDY neslyšeli?

Není překvapením, že hry, které znala méně než polovina respondentů, dosahují v této otázce největších procent, což znamená, že o brännballu, tchoukbalu, kinbalu a t-ballu nikdy neslyšeli (viz obr. č. 4). Není ale pravidlem, že co člověk někdy slyšel, to také dobře zná. Studentům tělesné výchovy může přijít zvláštní, že nejvíce učitelů (cca 70 %) nezná hru brännball, která nejen, že když je dětem představena, stává se jejich oblíbenou hrou, ale o této hře vyšla dokonce samostatná kniha.

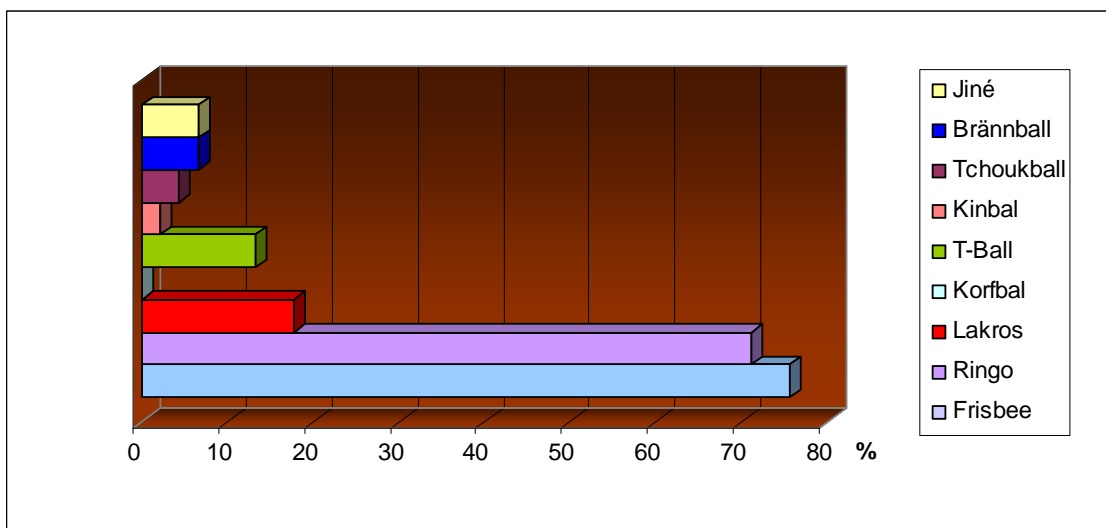
Bohužel procento neznalosti výše jmenovaných her není zrovna malé. Je velká škoda, že tyto hry tím pádem ani nemohou být v mnoha případech zařazeny do školní tělesné výchovy, protože děti ve věku 11 až 15 let je třeba zaujmout něčím novým, zábavným.



Obr. č. 4 - Netradiční hry, o kterých respondenti nikdy neslyšeli (zdroj: vlastní)

Jaké sportovní netradiční hry zařazujete do hodin tělesné výchovy?

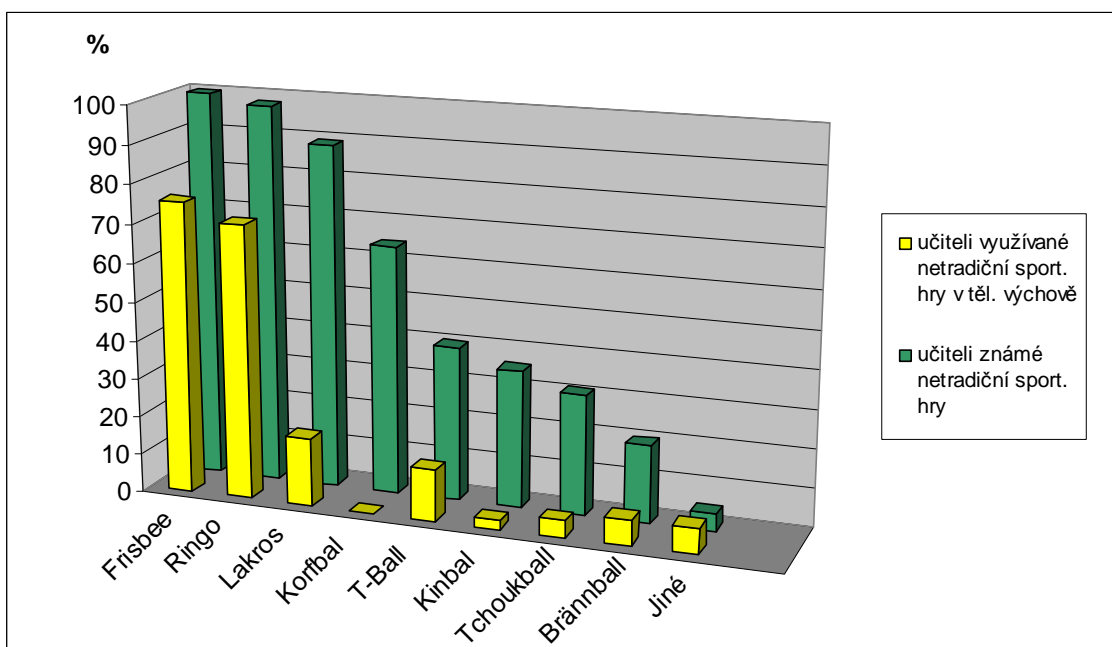
Lze si všimnout (viz obr. č. 5), že u učitelů jsou velmi oblíbené hry frisbee a ringo, které zařazuje do tělesné výchovy více než 30 respondentů ze 45. Bohužel ostatní hry jsou téměř nevyužívány. Velmi malé procento dotázaných využívá při hodinách tělesné výchovy lakros a t-ball. Přestože na 3. místě ve využívání netradičních her „se umístil“ právě lakros, nedá se jeho využití srovnat s aplikováním prvních dvou her. Zajímavé ovšem je porovnat to, jak učitelé netradiční hry využívají oproti tomu, jaká je jejich znalost těchto her.



Obr. č. 5 - Netradiční hry zařazené do tělesné výchovy (zdroj: vlastní)

Porovnání znalosti netradičních her učitelů s jejich využitím v tělesné výchově

Obrázek č. 6 znázorňuje, jak učitelé využívají hry, které znají. Pokud se porovná znalost a využití hry frisbee v procentech, získáme velmi uspokojivá čísla – 100:76. Obdobně tomu je ve hře ringo – 97:71. Proto lze kladně hodnotit velkou využitelnost těchto her. Avšak jiným případem je lakros, u kterého je vidět největší rozdíl mezi jeho znalostí a využitelností – 89:15. Je možno usuzovat, že tomu tak je pro jeho potřebu speciálního vybavení, na které školy nemají dostatek financí. A ačkoli lakros o nějaké procento předčí jeho využití například před tchoukballem a brännbalem, otázkou zůstává, proč učitelé tělocviku, které tyto hry znají, nezařazují do tělesné výchovy právě tyto hry, na které postačí pouze základní vybavení školy.

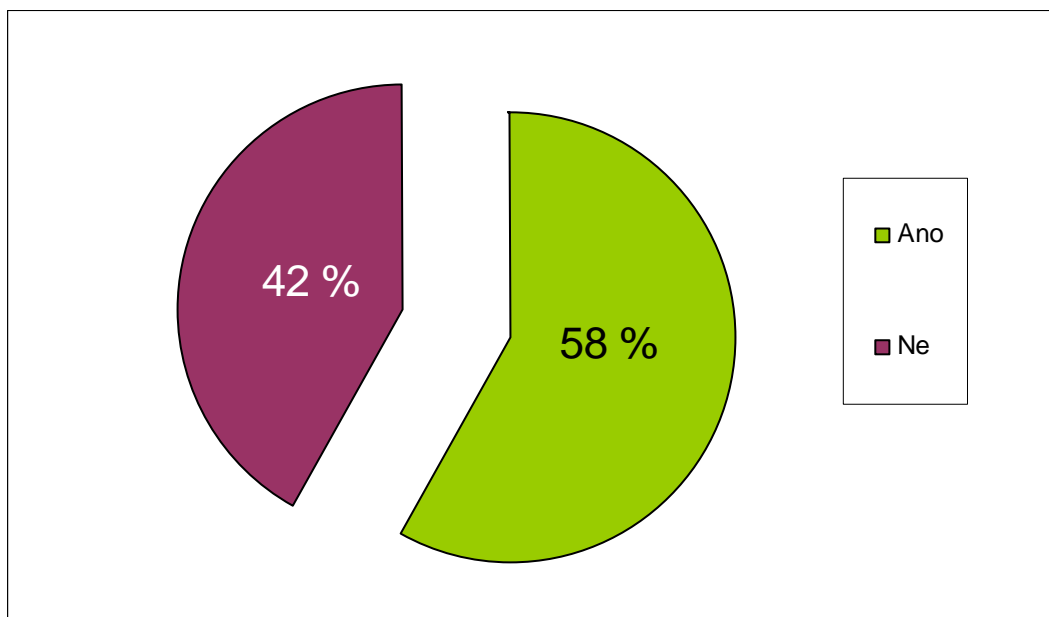


Obr. č. 6 - Porovnání ve využití a znalosti netradičních her v TV (zdroj: vlastní)

Má vaše škola potřebné vybavení, které umožňuje využívat netradiční hry při hodinách tělesné výchovy?

Jedním z důvodů, proč školy nevyužívají spoustu netradičních sportovních her při tělesné výchově může být ten, že nemají potřebné vybavení. Finanční možnosti školy totiž v mnoha případech nedovolují nákup nových školních potřeb pro tělesnou výchovu a tím pádem ani využít netradiční hry. Celkem 62 % dotazovaných (viz obr. č. 7) odpovědělo, že škola má potřebné vybavení pro provoz netradičních her, ale to přisuzují tomu, že většina zná a využívá pouze ringo a frisbee. Kdyby tomu

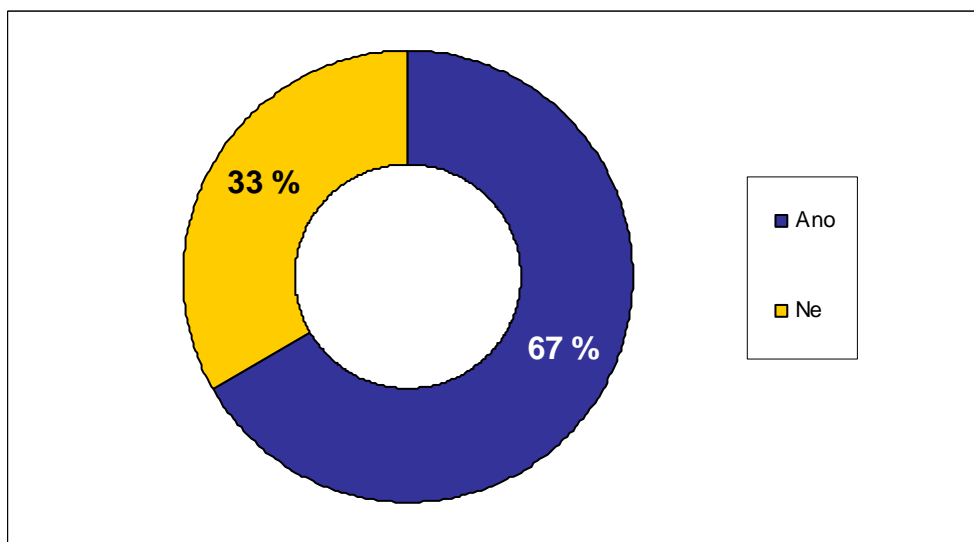
tak nebylo, proč by jinak všichni respondenti, kteří znají i jiné netradiční hry, nezapojili tyto hry do tělesné výchovy?



Obr. č. 7 - Vybavenost škol pro využití netradičních her v TV (zdroj: vlastní)

Používáte metodické materiály při hodinách tělesné výchovy?

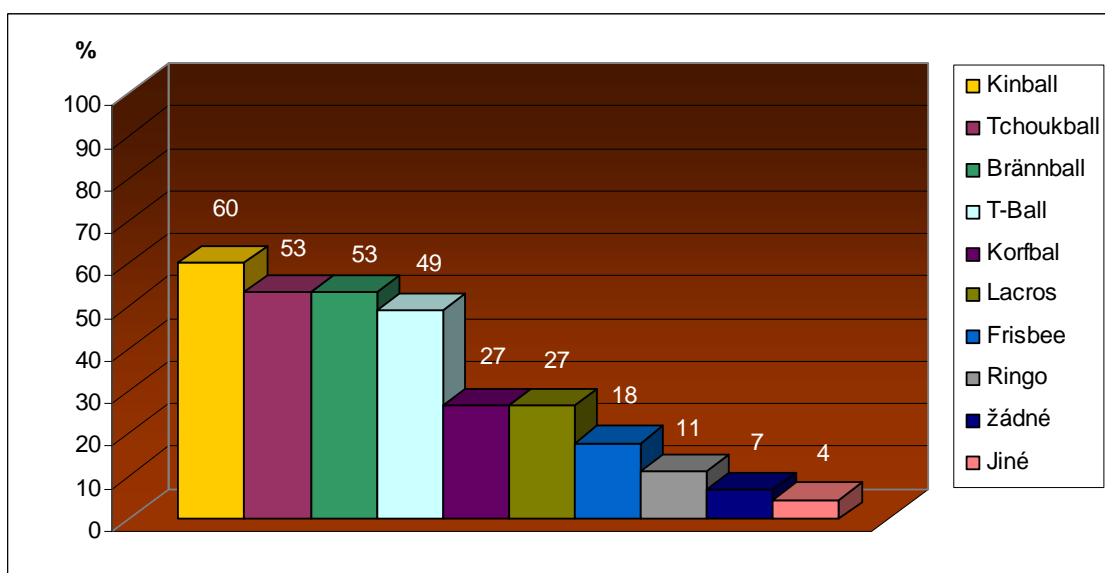
Jeden z dotazů zněl, zda učitelé používají metodické materiály při přípravě na hodiny tělesné výchovy. Na obrázku č. 8 vidíme, že 67 % respondentů metodický materiál používá. Všichni učitelé tělocviku by měli využívat tyto materiály. Jeden z hlavních důvodů je úroveň hodiny tělocviku. Pokud učitel nepoužívá metodické materiály, nejenže může žáky učit spoustu věcí špatně, ale také nemůže obměňovat zásobník cviků, neboť jeho zásoba je příliš malá. Důsledkem toho může být nepozornost a nesoustředěnost dětí, které po nějaké době samozřejmě omrzí stále stejná cvičení. V neposlední řadě záleží na zkušenostech a létech praxe učitele, ale i přesto by procento využívání metodických materiálů učiteli by mělo být větší.



Obr. č. 8 - Používání metodického materiálu respondenty při hodinách TV (zdroj: vlastní)

U kterých sportovních her byste měli zájem o metodické materiály?

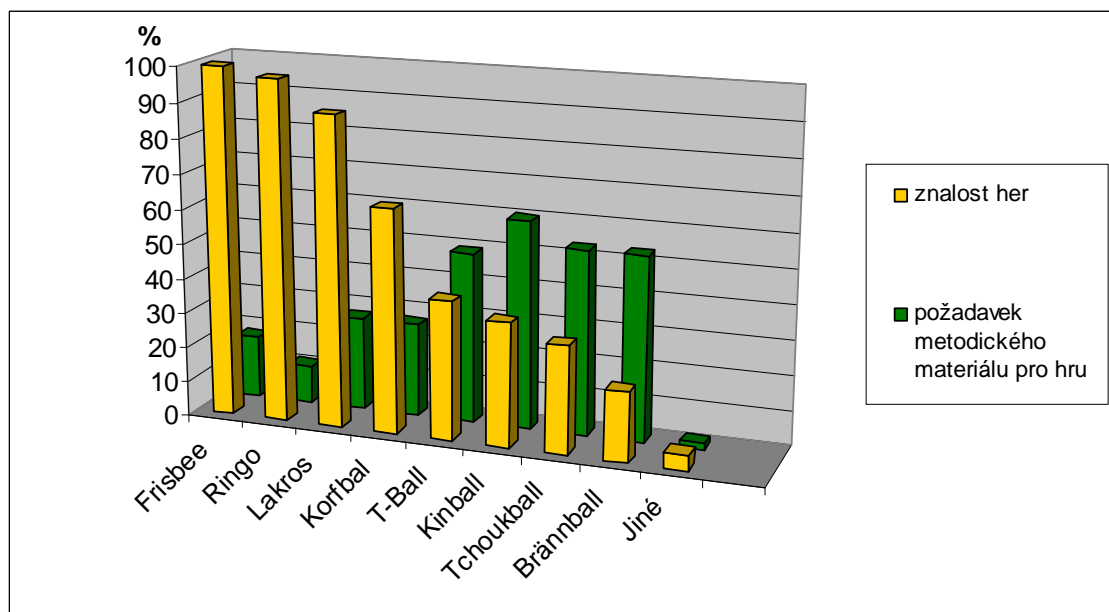
Jak už bylo zmíněno, metodické materiály jsou pro přípravu hodiny tělesné výchovy velmi důležité. Proto je další otázka zaměřena na to, o kterou metodiku netradičních her je zájem. Na obrázku č. 9 je vidět, že největší zájem je o kinball, kde by materiály o metodice ocenilo 60 % dotázaných. Dále 53 % respondentů projevilo zájem o brännball a tchoukball a 49 % učitelů bych uvítalo metodické materiály pro t-ball.



Obr. č. 9 - Zájem respondentů o metodický materiál netradičních her (zdroj: vlastní)

Učitelé tělesné výchovy znají ringo a frisbee, tudíž ani nepotřebují nové metodické materiály pro tyto hry. Obrázek č. 10 znázorňuje, že i když hry, jako je

tchoukball či brännball, nejsou tak známé, tak i učitelé, kteří tyto hry vůbec neznají, jeví zájem o to poznat je a mají tedy zájem o metodiku těchto her.



Obr. č. 10 - Porovnání znalosti a požadavku na metodický net .her (zdroj:vlastní)

3.3 Závěry ankety

Anketa splnila svůj účel, protože na jejím základě bylo zjištěno hned několik informací. Učitelé tělesné výchovy využívají z netradičních sportů především dvě hry. Tím je hra frisbee a ringo. Celkově se ale ukázalo, že sportovní netradiční hry se v tělesné výchově bohužel využívají málo. Proto byly vybrány dvě netradiční sportovní hry – tchoukball a brännball, pro které bude vytvořen zásobník průpravných her a cvičení, kterých je k těmto hrám jen pomálu. Přestože 60 % učitelů požadovalo metodický materiál pro kinball, důvod, proč nebyla vybrána tato hra, je jeden. Metodika této hry je velice dobře zpracovaná na webových stránkách Českého svazu kinballu, tudíž v současné době není třeba tento materiál vytvořit.

Učitelé mnoho netradičních her neznají pravděpodobně díky jejich pasivnímu přístupu k získávání nových informací. Bylo by například vhodné uspořádat semináře či kurzy, kde by se učitelé tělesné výchovy dozvěděli o novinkách a trendech, kterými by mohli obohatit a zpestřit hodiny tělesné výchovy, protože udržet pozornost dnešních dětí, ať už v tělesné výchově nebo v jiných předmětech, je velice obtížné. Důležité tedy je, aby se učitelé v každém věku snažili obohacovat své dosavadní vzdělání o nové znalosti a využívali je v tělesné výchově.

4 Tchoukball

Tchoukball je týmová míčová hra, která využívá prvky házené a volejbalu. Je to ale především sport bezkontaktní. Striktní pravidla totiž zakazují jakýkoliv střet hráčů, chytání přihrávek soupeře či bránění soupeře. A proč název TCHOUKBALL? Při hře se využívají nakloněné odrazové konstrukce (možno nazývat také odrážedla; alternativou v tělesné výchově jsou nakloněné malé trampolíny) a míč. „Tchouk“ představuje zvuk při odražení míče „ball“ od trampolíny (Stránky českého tchoukbalu, 2007).

Zakladatelem hry tchoukbal je švýcarský biolog Dr. Hermann Brandt. Jeho výzkum účinků fyzické aktivity mu vnukl novou myšlenku a položil základ pro tuto hru. Během života Dr. Brandta byla velmi častá ošklivá zranění, která si sportovci způsobovali během sportovní činnosti. Na základě tohoto problému, který mimo jiné také rozebírá v jeho knize „From Physical Education to Sport Through Biology“, vytvořil výbornou týmovou hru tchoukbal, přičemž myšlenka pramenila z kritické analýzy týmových sportů. Trvalo nějaký čas, než se tato hra dostala do povědomí lidí a oni zjistili, že je to opravdu „hra pro všechny“ (Tchoukball UK, 2002).

4.1 Stručná pravidla hry

4.1.1 Materiální vybavení

Ke hře tchoukball je zapotřebí mít odrážedla (či malé trampolíny), které jsou sklopeny pod úhlem 60° stupňů (viz obr. č. 11). Dále je to míč, který musí mít obvod 58 – 60 cm a váhu 425 – 475 g, pro ženy je obvod míče 54 – 56 cm a váha 325 – 400 g (viz obr. č. 10). Pro děti 2. stupně základních škol doporučuji využívat menší míč, tedy míč pro ženy, popřípadě může být i ještě menší (Kupr, Rjabcová, Suchomel, 2010).



Obr. č. 11 - Odrážedlo, tchoukadlo (zdroj: vlastní)



Obr. č. 12 - Míč na tchoukball (zdroj: vlastní)

4.1.2 Cíl a průběh hry

Cílem hry je získat během vymezeného času vyšší počet bodů než soupeř. Hráči se pohybují po házenkářském hřišti mezi dvěma odrazovými konstrukcemi, kde jsou také vyznačeny dvě půlkruhové „zakázané zóny“ o poloměru 3 metry. Do této zóny nesmí hráči vstoupit a míč mohou chytit až mimo tuto zónu. Hráči se snaží během maximálně tří přihrávek najít vhodnou pozici pro střelbu na odrazovou konstrukci tak, aby míč po odražení od odrazové konstrukce dopadl mimo zakázanou plochu a zároveň ho soupeř nezachytil. Tato hra se liší od všech ostatních tím, že je zakázáno soupeři jakýmkoliv způsobem bránit při útoku – bránění přihrávek, chytání či zaujímání postavení na hřišti. Bránící hráči mají tedy nárok na prostor a svou realizaci až tehdy,

kdy míč opustí ruku střílejícího hráče. V okamžiku chytání míče obráncem je naopak chybou útočníka jakékoliv překážení (Bláha, 2011).

4.1.3 Hřiště, hrací doba a počet hráčů

Tchoukball se hraje podle oficiálních pravidel na hřišti o délce 26 – 29 m a šířce 15 – 17 m, kde musí být vyznačena na obou půlkách hřiště zakázaná zóna, která má poloměr 3 m (ze středu zadní čáry) a počet hráčů jednoho družstva na hřišti je 7 (dalších 5 může sedět na střídačce). Pokud ovšem ve škole nemáme k dispozici hřiště o těchto rozměrech, můžeme využít také házenkářské hřiště, ale počet hráčů musíme zvýšit na 9 (Fédération Internationale de Tchoukball, 2013).

Hrací doba je 3 x 15 minut pro muže, 3 x 12 minut pro ženy a dorostence a 3x 10 minut pro dorostenky (Bláha, 2011).

4.1.4 Zahájení hry

Hra se zahajuje přihrávkou ze zvolené základní čáry. Tato první přihrávka se nezapočítává do povolených tří přihrávek (Bláha, 2011).

4.1.5 Povolený způsob hry

Hráč může hrát těmito způsoby:

- „Hráč smí míč chytat a házet, odbít nebo udeřit s úmyslem popohnat či „vybrat“ rukama, rameny, hlavou nebo trupem.
- Může se třikrát dotknout země během držení míče (stání na obou končetinách se považuje za jeden dotek).
- Míč lze držet po dobu tří sekund.
- Během držení míče si jej hráč může předat z jedné ruky do druhé při splnění podmínek předcházejících dvou pravidel.
- Povolená je hra vkleče nebo v lehu“ (Kupr, Rjabcová, Suchomel, 2010).

4.1.6 Zisk bodu

Družstvo v obraně získává bod při:

- Nezasažení odrazové konstrukce útočníkem.
- Odrazení míče od odrazové konstrukce zcela mimo hrací plochu.

- Odražení míče od odrazové konstrukce do zakázané zóny.
- Zasažení samotného střilejícího hráče odraženým míčem.
- Střet střilejícího hráče s konstrukcí (Bláha, 2011).

Družstvo v útoku získává bod, pokud:

- Vystřelený míč se odrazí a dopadne mimo zakázanou zónu do hřiště (Bláha, 2011).

Po zisku bodu rozehrává družstvo, které ztratilo bod na soupeře. Hru družstvo začíná zpoza základní čáry vedle odrážedla. Stejně jako při zahájení hry se první přihrávka nepočítá do povolených tří přihrávek (Bláha, 2011).

4.1.7 Porušení pravidel

Pravidla jsou porušena v těchto případech:

- Pád míče na zem jako důsledek chybné přihrávky nebo chybného chycení.
- Dotek míče dolní končetinou pod úroveň pasu.
- Dribling.
- Držení míče déle než tři sekundy.
- Více než tři došlapy na zem v době jeho držení.
- Vstup hráče do zakázané zóny, pokud se nejedná o došlap po střelbě a klamavé pohyby hráčů, které ovšem nijak nebrání v činnosti obránců.
- Více než tři přihrávky ve družstvu.
- Dotek předmětů nebo území vně hrací plochy během držení míče.
- Vzetí míče soupeři během jeho rozehrání.
- Střelba na jedno odrážedlo více než 3 x za sebou.
- Nevhodné verbální chování.
- Hod zřetelně zahraný proti soupeři.
- Bránění soupeři ve hře jakoukoli formou, pokud má soupeř v držení míč (v přihrávání, ve střelbě, chytání míče nebo při pohybu s míčem) nebo pokud se snaží zaujmout obranné postavení, (hráči je dovoleno stát klidně, bez pohybu paží v postavení, kterým by soupeři nepřekážel v jeho činnosti).
- Chycení odraženého míče členem útočícího družstva (Kupr, Rjabcová, Suchomel, 2010).

Při porušení pravidel musí být míč předán soupeři. Soupeř pokračuje ve hře volným hodem, přičemž před vystřelením na odrazovou konstrukci musí dojít alespoň k jedné přihrávce. Úmyslné fauly (porušení pravidel) jsou zaznamenány (Kupr, Rjabcová, Suchomel, 2010).

4.2 Průpravné hry a cvičení

Cvičení 1

Varianta A

Cíl – nácvik přihrávky a chytání míče

Vybavení – míče

Počet žáků – dvojice

Dvojice se postaví naproti sobě – cca 4 – 5 m. Žáci si házejí míč spodními přihrávkami, které vycházejí z natažené ruky (viz obr. č. 13) a míří na oblast hrudníku spolužáka. Chytání do obou rukou.



Obr. č. 13 - Spodní přihrávka (zdroj: vlastní)

Varianta B

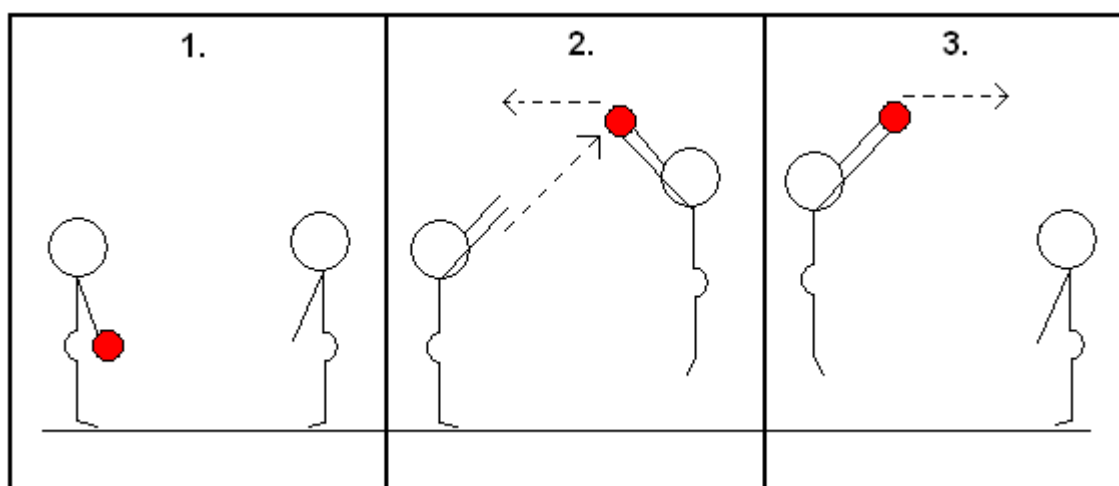
Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna pouze ve způsobu přihrávání – vrchní přihrávky (viz obr. č. 14).



Obr. č. 14 - Vrchní přihrávka (zdroj: vlastní)

Varianta C

Dvojice se postaví naproti sobě – cca 2 – 3 m. Přihrávají si tím způsobem, že chytí míč ve výskoku a ve výskoku ho i přihrají spolužákovi zpět (viz obr. č. 15).



Obr. č. 15 - Průběh přihrávání (zdroj: vlastní)

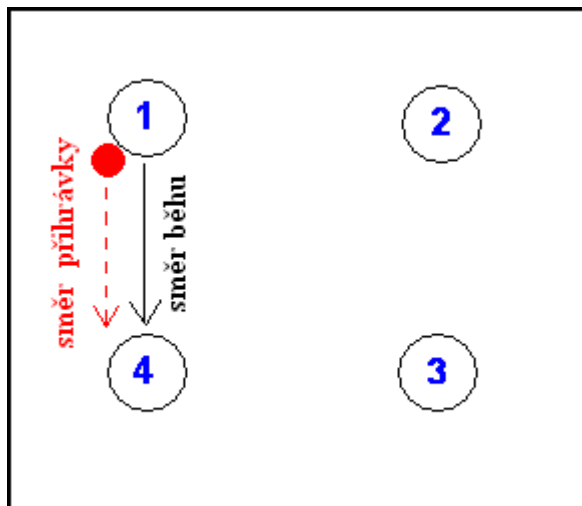
Varianta D

Cíl – nácvik přihrávky a chytání míče

Vybavení – míče

Počet žáků – čtveřice

Čtyři žáci vytvoří čtverec. Jeden z nich má míč. Žáci si ve čtveřici přihrávají – kam míč hodí, tam běží (nahrazují místo spolužáka, kterému míč házejí) (viz obr. č. 16).



Obr. č. 16 - Systém přihrávání (zdroj: vlastní)

Cvičení 2

Varianta A

Cíl – postřeh chytání míče

Vybavení – míč

Počet žáků – 8 – 16 žáků (2 týmy po 4 – 8 žácích)

Hrají proti sobě 2 vyrovnané týmy. Podle počtu žáků zvolíme i velikost hřiště, kde hrají všichni žáci dohromady a na každém konci hřiště je odrazedlo. Žáci hrají vybíjenou podle následujících pravidel:

- hra s volejbalovým míčem
- 3 možné přihrávky v týmu, během kterých se musí nabít o odrazedlo, aby tým mohl vybit soupeře (nabítí o odrazedlo se nepočítá do 3 přihrávek),
- povoleny 3 kroky,
- přihrávání míče pouze spodními přihrávkami,
- vybíjení spodními přihrávkami pouze do noh (od kolem dolů),
- hra do 6 bodů – 1 vybití = 1 bod,
- po vybití rozehrává družstvo, jehož člen byl vybit, dotekem míče o zem v místě vybití.

Pozn.:Lze využít různé možnosti přihrávání (např.: pouze levou rukou, pouze pravou rukou) nebo vybíjení (např.: pouze obouruč).

Cvičení 3

Varianta A

Cíl – trénink chytání míče

Vybavení – míče

Počet žáků – dvojice

Dvojice se postaví naproti sobě – cca 3 – 4 m. Jeden z dvojice je nahrávač a druhý obránce. Obránce klečí a snaží se míč chytat do obou rukou a sbalit ho na hrud' (viz obr. č. 17). Nahrávač hází míč obránci vrchní přihrávkou. Po 10 hodech si žáci vymění pozice.



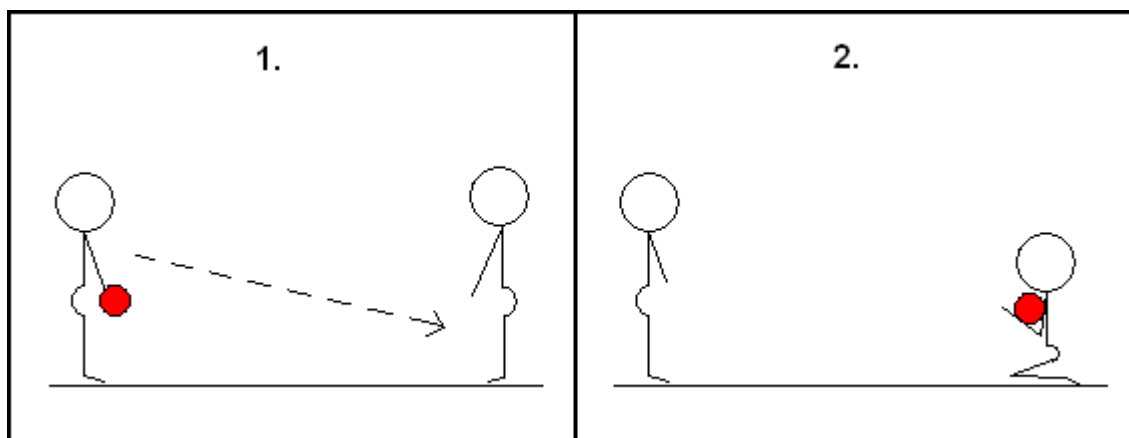
Obr. č. 17 - Chytání míče (zdroj: vlastní)

Varianta B

Vše je stejné jako u varianty A, změna je pouze v nahrávce – nahrávač hází míč spodem (spodní přihrávkou).

Varianta C

Vše je stejné jako u varianty A, změna je pouze v pozici obránce – výchozí pozice je stoj a při každé nahrávce jde obrana na kolena (do kleku) a chytá míč do obou rukou (viz obr. č. 18)



Obr. č. 18 - Chytání míče (zdroj: vlastní)

Variant A

Cíl – trénink chytání míče

Vybavení – míče

Počet žáků – dvojice

Dvojice stojí naproti sobě - cca 5 – 6 m. Jeden z dvojice je nahrávač a druhý obránce. Nahrávač hází míče napravo a nalevo cca 2 m od výchozí pozice obránce, který míč chytá ve skluzu (viz obr. č. 19) – chytač se musí rychle přemísťovat z místa na místo. Žáci si vymění pozici.



Obr. č. 19 - Chytání míče ve skluzu (zdroj: vlastní)

Varianta E

Cíl – trénink chytání míče

Vybavení – míče

Počet žáků – dvojice

Jeden žák z dvojice je nahrávač a druhý obránce. Obránce klečí u zdi (zed' má za zády), nahrávač stojí naproti němu cca 5 m a hází míč na obránce, který po každém chyceném míči odehraje míč zpět na nahrávače a dotkne se dlaněmi zdi za sebou (viz obr. č. 20).



Obr. č. 20 - Dotek dlaní zdi při odehrání míče zpět nahrávači (zdroj: vlastní)

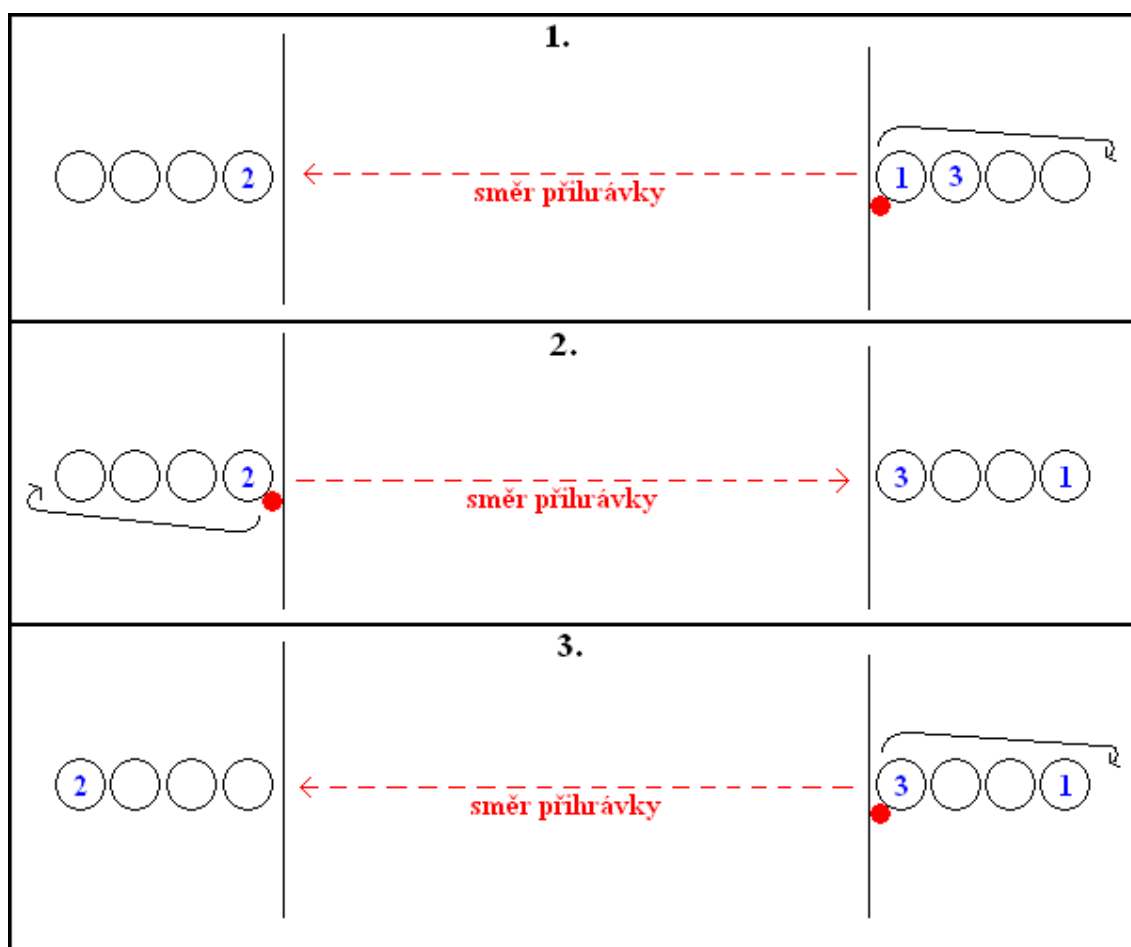
Cvičení 4

Cíl – trénink chytání míče

Vybavení – míče

Počet žáků – skupina 6 – 10 žáků (2 zástupy)

Žáci vytvoří vyrovnané zástupy naproti sobě – cca 6 - 7 m. Žák 1 má míč a nahrává ho žáku 2 naproti směrem ke kolenům. Žák 2 míč chytá v kleku do obou rukou. Žák 1 se řadí nakonec svého zástupu a žák 2 nahrává míč na žáka 3 naproti němu. Vše se opakuje stále dokola (viz obr. č. 21).



Obr. č. 21 - Průběh přihrávání u cvičení 4 (zdroj: vlastní)

Cvičení 5

Varianta A

Cíl – trénink chytání míče

Vybavení – míče

Počet žáků – trojice

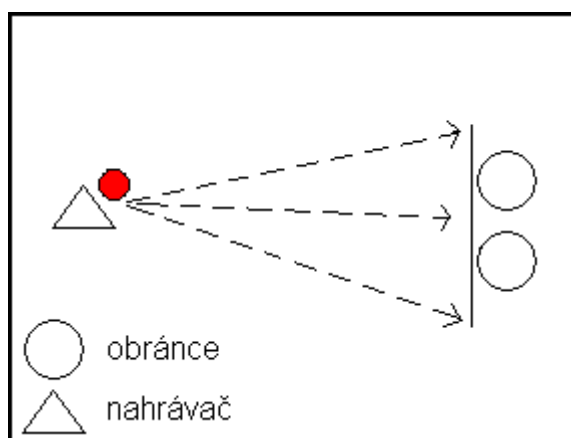
Jeden z trojice žáků je nahrávač a dva jsou obránci, kteří se postaví vedle sebe za čáru (jakoukoliv – čára simuluje čáru zakázané zóny). Nahrávač stojí proti nim – cca 3 - 4 m - a vybírá si dle svého uvážení, kterému obránci hodí míč tak, aby míč musel chytat v kleku (viz obr. č. 22). Všichni žáci se vystřídají na pozici nahrávače.



Obr. č. 22 - Chytání míče (zdroj: vlastní)

Varianta B

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze ve způsobu nahrávání – nahrávač hází míč nalevo a napravo od obránců – cca 20 – 30 cm - a mezi ně (viz obr. č. 23).

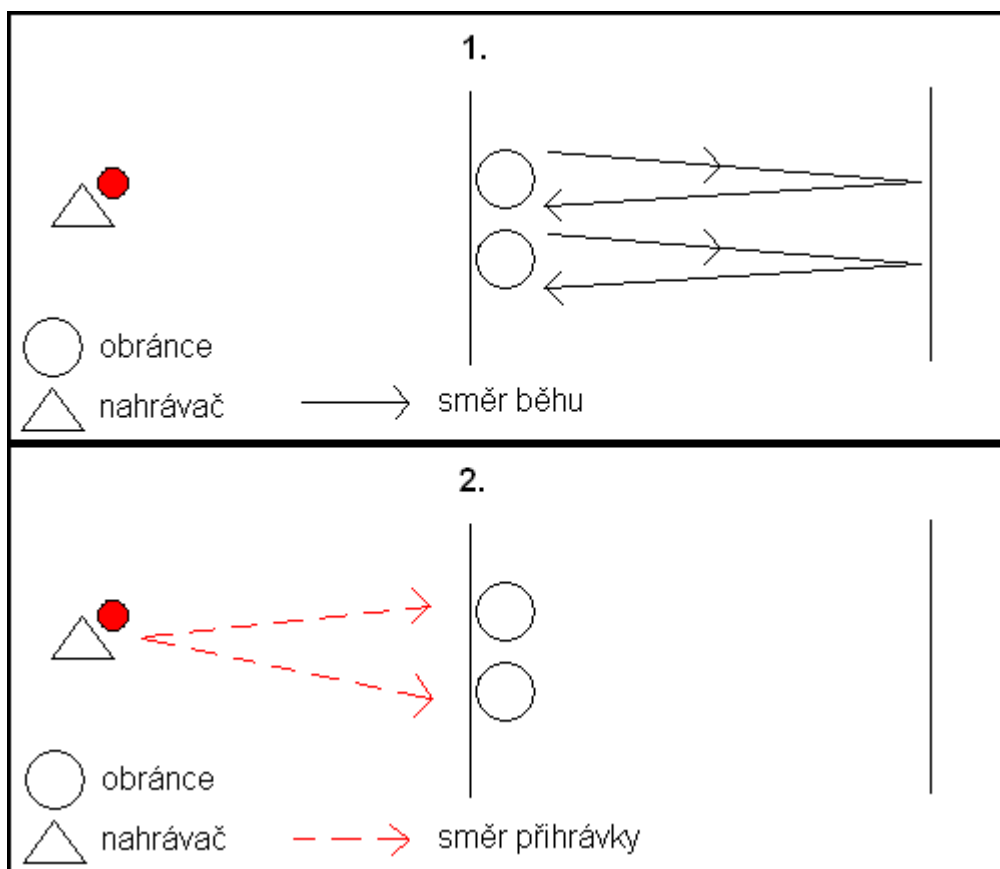


Obr. č. 23 - Směr přihrávek (zdroj: vlastní)

Varianta C

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze v činnosti obránců – na povel nahrávače běží směrem od něj, musí se dotknout čáry (rukou) a běžet zpět.

Poté si nahrávač vybere jednoho z obránců a hází na něho míč tak, aby ho musel chytat vkleku (viz obr. č. 24).



Obr. č. 24 - Průběh cvičení 5C (zdroj: vlastní)

Cvičení 6

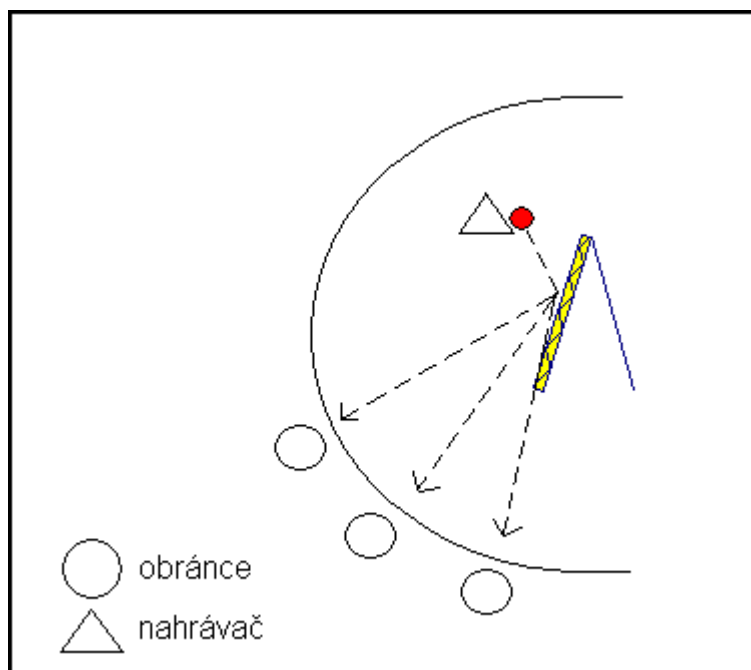
Varianta A

Cíl – trénink chytání míče a nácvik střelby

Vybavení – míče a odrážedlo

Počet žáků – čtveřice

Čtveřice – jeden nahrávač a tři obránci. Obránci klečí na pravé straně okolo zakázané zóny s rozstupem 1 m. Nahrávač stojí nalevo v zakázané zóně – cca 1,5 m od odrážedla, střílí na odrážedlo (snaží se střelu mířit tak, aby se odrazila přímo na jednoho z obránců) a obránci se snaží chytit míč – individuální práce obránců (viz obr. č. 25). Všichni žáci se vystřídají na pozici nahrávače – všichni střílí na odrážedlo nejprve zprava a poté zleva.



Obr. č. 25 - Cvičení 6A (zdroj: vlastní)

Varianta B

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze v postavení obránců – klečí těsně vedle sebe – kolektivní práce obránců.

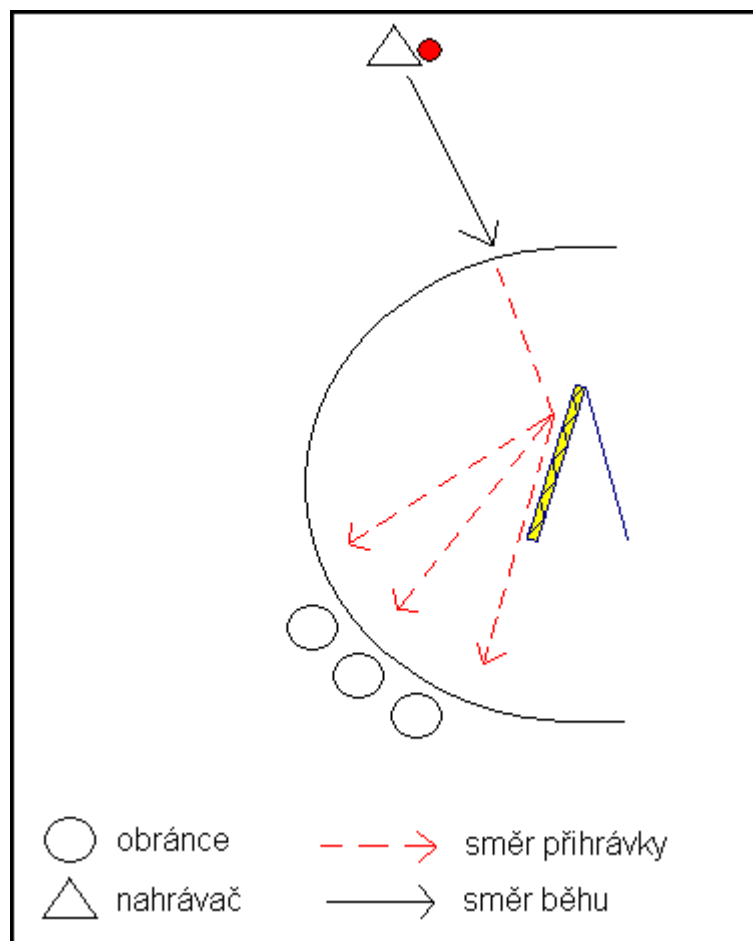
Varianta C

Cíl – trénink chytání míče a nácvik střelby

Vybavení – míče a odrážedlo

Počet žáků – čtveřice

Čtveřice – jeden nahrávač a tři obránci. Obránci stojí okolo zakázané zóny vedle sebe a nahrávač střílí z rozběhu na odrážedlo a obrana se snaží míč chytit – kolektivní práce obránců (viz obr. č. 26, 27). Všichni žáci se vystřídají na pozici nahrávače – všichni střílí na odrážedlo nejprve zprava a poté zleva.



Obr. č. 26 - Průběh cvičení 6C (zdroj: vlastní)



Obr. č. 27 - Záběr hráčů při tréninku cvičení 6C (zdroj: vlastní)

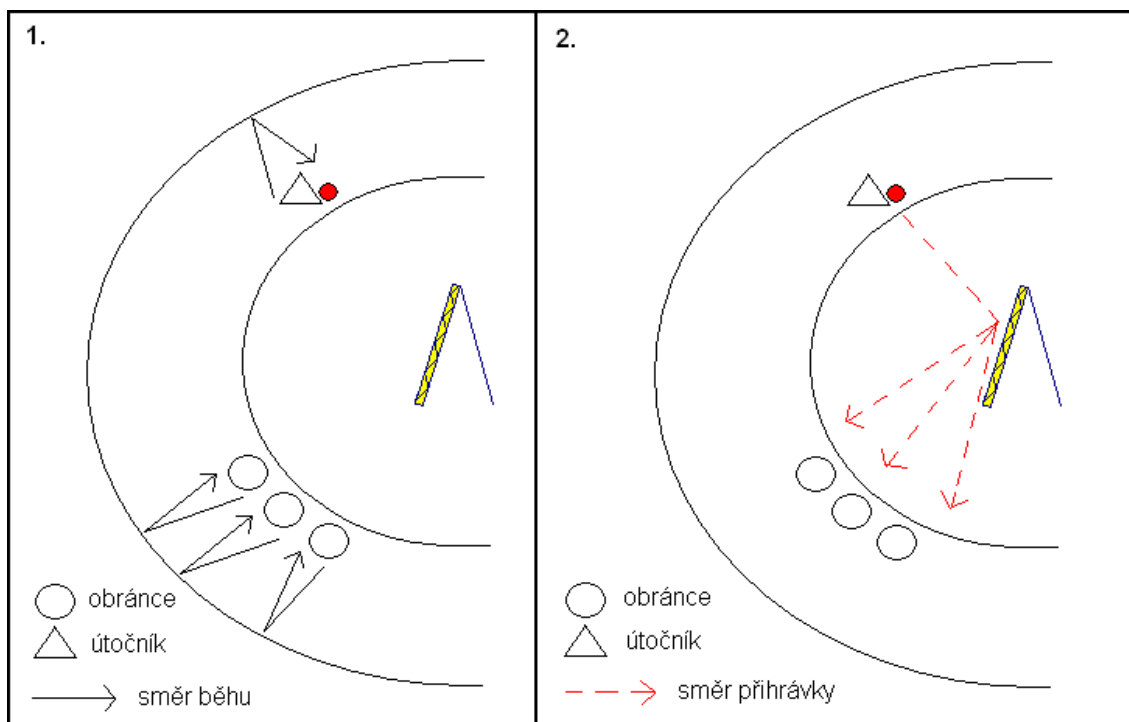
Cvičení 7

Cíl – trénink chytání míče a nácvik střelby

Vybavení – míče a odrazedlo

Počet žáků – dvojice

Čtveřice – jeden útočník a tři obránci. Obránci stojí na pravé straně a útočník na levé straně okolo zakázané zóny. Na povel učitele se všichni běží dotknout trojkové basketbalové čáry (popřípadě jiného bodu) - co nejrychleji se vracejí, útočník střílí a obránci se snaží míč chytit (viz obr. č. 28). Útok i obrana získávají body dle pravidel tchoukballu. Hra do 10 bodů. Vítězí ten, kdo získá víc bodů. Postupně se všichni vystřídají na pozici útočníka.



Obr. č. 28 - Průběh cvičení 7 (zdroj: vlastní)

Cvičení 8

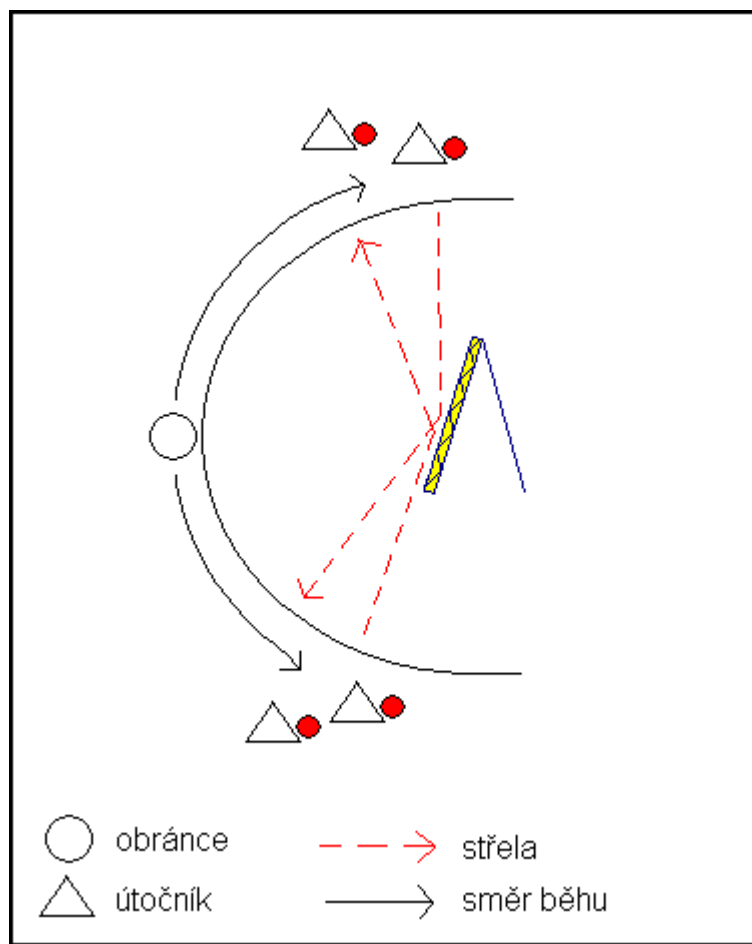
Cíl – trénink chytání míče

Vybavení – míče a odrazedlo

Počet žáků – pětice

Pětice – jeden obránce a čtyři útočníci. Napravo i nalevo okolo zakázané zóny stojí dva útočníci a každý má míč. Výchozí pozice obránce je uprostřed před zakázanou zónou (viz obr. č. 29). Útočníci napravo a nalevo se střídají ve střelbě na odrazedlo a obránce se přesouvá dle směru střelby a snaží se míč chytit. Všichni z pětice se postupně vystřídají na pozici obránce.

Pozn.: Postupně můžeme přidávat počet obránců – 2 a 3.



Obr. č. 29 - Průběh cvičení 8 (zdroj: vlastní)

Cvičení 9

Varianta A

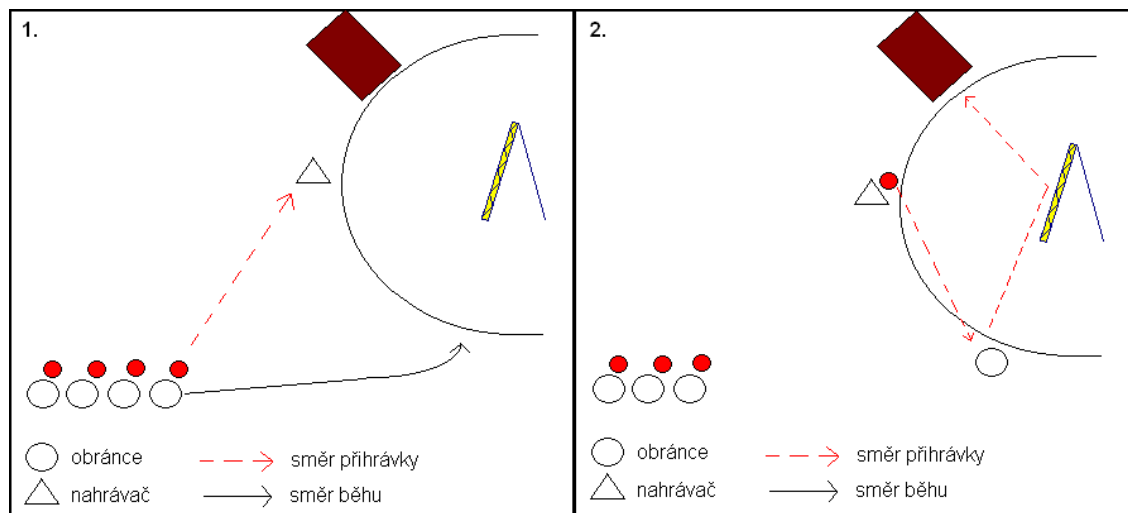
Cíl – nácvik střelby – směr a vzdálenost

Vybavení – míče, odrážedlo a žíněnka

Počet žáků – skupina 4 – 10 žáků

Z celé skupiny je jeden nahrávač a ostatní jsou útočníci. Útočníci vytvoří zástup na pravé straně cca 4 metry před zakázanou zónou a každý má míč. Nahrávač stojí uprostřed před zakázanou zónou. Útočník nahrává míč nahrávači, běží k odrážedlu, dostane přihrávku od nahrávače zpět a střílí (viz obr. č. 30). Útočník se snaží, aby míč po odrazu od odrážedla dopadl na žíněnku, která leží položená na délku na 45° před zakázanou zónou. Žáci sbírají body tímto způsobem – dopad míče na 1. polovinu žíněnky = 2 body, dopad míče na 2. polovinu žíněnky = 1 bod. Celkem je tolik kol, kolik je žáků ve skupině a vítězí ten, kdo má po všech kolech nejvíce bodů. Po každém kole změna nahrávače. To samé z levé strany hřiště.

Pozn.: Pro pokročilejší – žíněnka se posune např.: na 30° a postupně je možno také používat menší a menší předměty, které žáci trefují. Pokud se žáci-útočníci snaží střílet na odrážedlo hodně z prostředku, vytyčíme pro ně kužely zónu pro rozběh více z boku.



Obr. č. 30 - Průběh cvičení 9 (zdroj: vlastní)

Varianta B

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze v zasahovaném předmětu – na levé straně před zakázanou zónou jsou v řadě postaveny 4 kužely. Zásah kužele znamená 2 body.

Varianta C

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze v zasahovaném předmětu – na levé straně před zak. zónou dáme 4 kužely do čtverce. Pokud útočník zasáhne první dva kužele získá 2 body, pokud zasáhne vzdálenější dva kužele získá 1 bod.

Cvičení 10

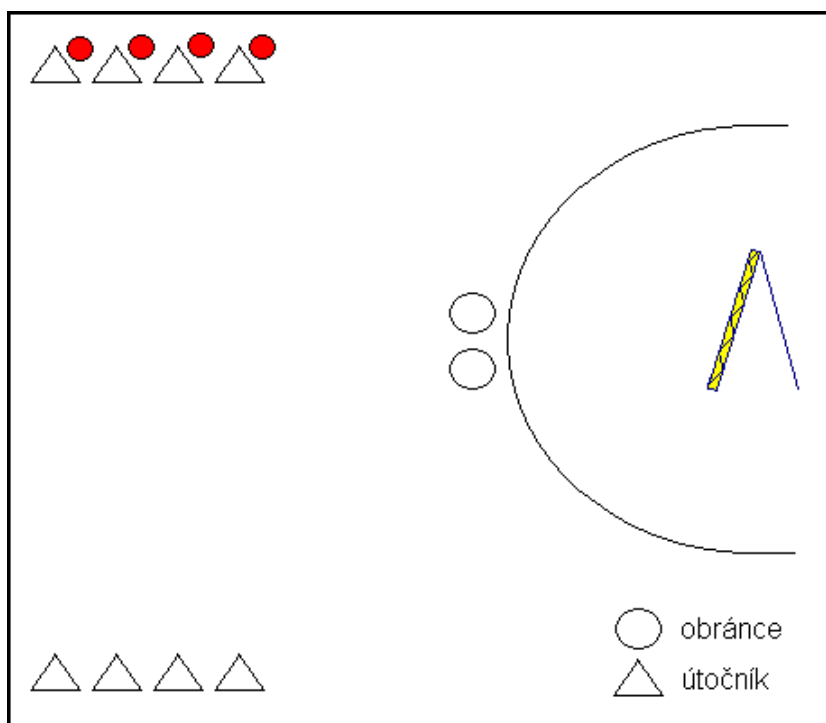
Cíl – trénink střelby

Vybavení – míče, odrážedlo

Počet žáků – skupina 8 – 12 žáků

Dva žáci jsou na pozici obránců uprostřed před zakázanou zónou a ostatní žáci vytvoří dva vyrovnané zástupy na pravé a levé straně hřiště, cca 3 – 4 m před zakázanou zónou (viz obr. č. 31). První z obou zástupů si spolu přihrávají, mají k dispozici tři přihrávky a poté střílí na odrážedlo. Obránci se přesouvají okolo zakázané zóny podle toho, který útočník má míč (potencionální hrozba střely). Obrana se střídá po třech útocích.

Pozn.: Zprvu je vhodnější, aby útok hrál na tři přihrávky a až poté si vybíral dle svého uvážení, kdy bude střílet.



Obr. č. 31 - Výchozí postavení u cvičení 10 (zdroj: vlastní)

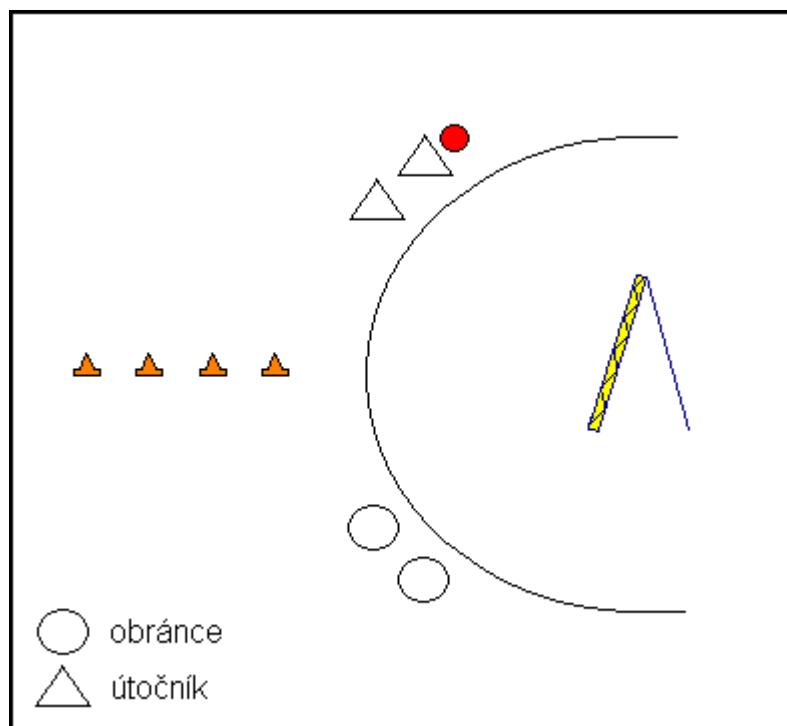
Cvičení 11

Cíl – nácvik obrany a střelby

Vybavení – míče, odrážedlo, kužele

Počet žáků – skupina 8 – 12 žáků

Čtveřice se rozdělí na dvě dvojice. Jedna dvojice začíná jako útočníci na pravé straně hřiště a druhá dvojice na pozici obránců na levé straně hřiště. Pravá a levá polovina hřiště je oddělena kužely (viz obr. č. 32). Dvojice proti sobě hrají dle pravidel do 5 bodů, ale obě dvojice stále zůstávají na své polovině hřiště. Po dosažení 5 bodů si mění strany a opět hrají do 5 bodů.



Obr. č. 32 - Výchozí postavení u cvičení 11 (zdroj: vlastní)

Cvičení 12

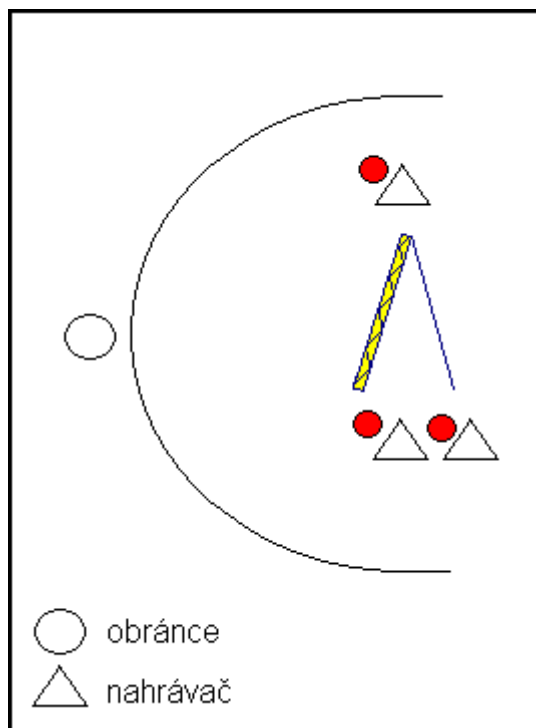
Cíl – trénink chytání míče

Vybavení – míče a odrazedlo

Počet žáků – čtveřice

Jeden žák ze čtveřice je obránce a ostatní jsou útočníci (každý má míč). Útočníci stojí vedle odrazedla zprava a zleva a s výkrokem hází míč na odrazedlo (pravidelně se střídají hody zprava a zleva). Obránce se postaví doprostřed před zakázanou zónu a pohybuje se dle směru hodu míče (viz obr. č. 33). Jeho úkolem je rychle se přesouvat okolo zakázané zóny, míč chytit a odehrát ho zpět útočnickovi. Všichni se postupně vystřídají na postu obrany.

Pozn.: Postupně se může měnit počet obránců a útočníků – 2 obránci a 2 útočníci, 3 obránci a 1 útočník.



Obr. č. 33 - Výchozí postavení žáků u cvičení 12 (zdroj: vlastní)

Cvičení 13

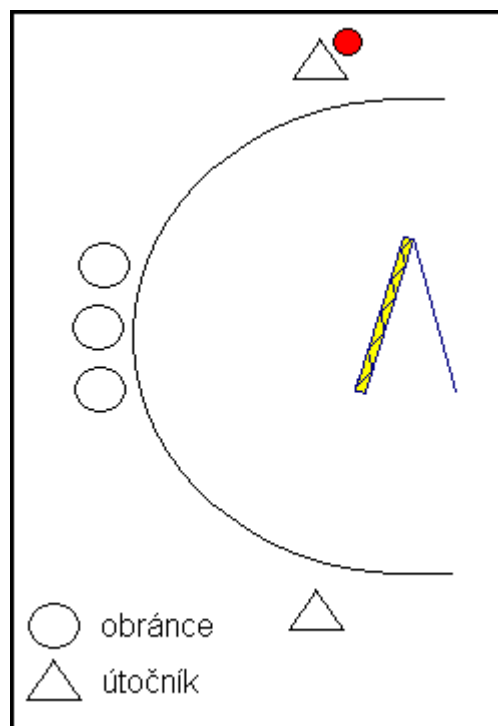
Varianta A

Cíl – trénink chytání míče a nácvik střelby

Vybavení – míč a odrazedlo

Počet žáků – pětice

Tři žáci z pětice jsou obránci a dva jsou útočníci. Výchozí postavení obrany je střed před zakázanou zónou. Útočníci stojí za zakázanou zónou před úrovní odrazedla naproti sobě (viz obr. č. 34). Mají k dispozici 3 přihrávky (které nemusí využít všechny) a střílejí na odrazedlo. Obránci se přesouvají kolem zakázané zóny dle směru házení míče a snaží se po střele míč chytit.



Obr. 34 - Výchozí postavení u cvičení 13 (zdroj: vlastní)

Varianta B

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze u útočníků – výchozí postavení útočníků je cca o 1,5m dál a útočníci musejí udělat u přihrávky i u střelby 3 kroky.

Varianta C

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze u útočníků – výchozí postavení útočníků je cca o 2 m dál a útočníci si musejí přihrávat a střílet z rozběhu (opět povoleny 3 kroky – podle pravidel).

5 Brännball

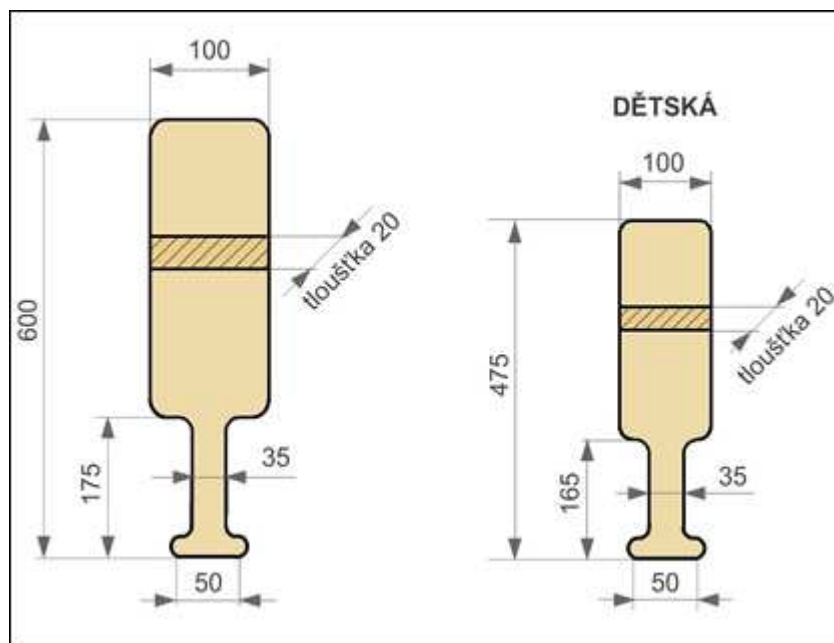
Brännball (čte se „brenbol“) je pálková hra, která má mnoho znaků společných se softballem a baseballlem. Najdeme zde ale také mnoho odlišností, díky kterým se hra brännball řadí do „sportu pro všechny“. A proč pro všechny? Je to hra velice dynamická, hráči nejsou vyřazováni (autováni) a tato skutečnost je velmi motivující i pro méně nadané jedince či rekreační sportovce a všechny, kdo si chtějí užít zábavu mezi lidmi. Dalším charakterizujícím prvkem „sportu pro všechny“ je složení družstev – doporučují se složená družstva chlapců, dívek a dospělých. Jak už jsem zmínila, nalezneme zde mnoho odlišností oproti ostatním pálkovacím hrám. Mezi hlavní patří: body mohou získat i hráči v poli, pálkaři se mohou vzájemně předbíhat, hráči nejsou autováni, na jedné metě může stát více pálkařů, pálkaři si nadhazují sami a počet nadhozů není limitován (TJ Mláď Olomouc, 2009).

Tato hra pochází ze severské země – Švédska. V překladu slovo brännball znamená „spálený míč“ a do České republiky ho přivezli zaměstnanci IKEA v roce 1990. IKEA využívá brännball při teambuildingových akcích pro stmelování kolektivu. A tak Česká asociace sportu pro všechny (ČASPV) vytvořila ve spolupráci se švédskými zástupci firmy IKEA pravidla, protože dosavadní švédská pravidla byla pouze kreslená a tudíž nedostačující pro pořádání soutěží (TJ Mláď Olomouc, 2005 – 2009).

5.1 Stručná pravidla hry

5.1.1 Materiální vybavení

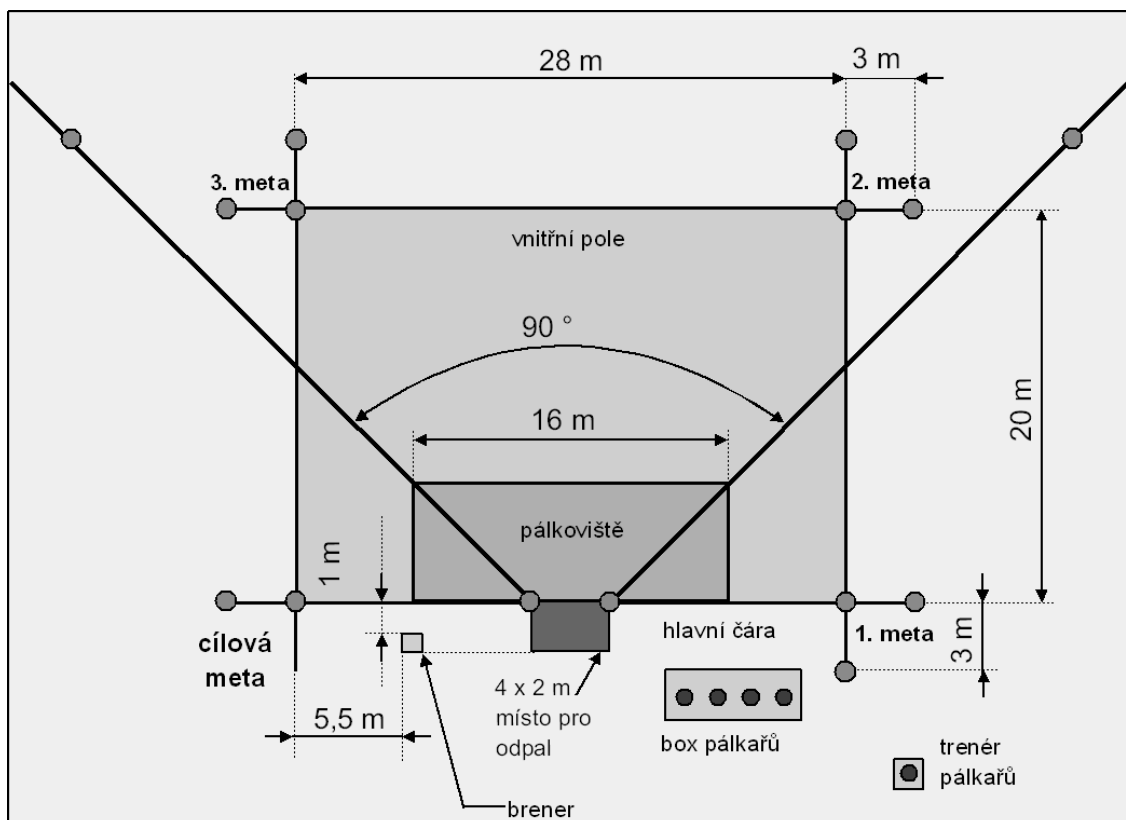
Náročnost vybavení pro tuto hru je dle mého názoru minimální. Brännball se hraje s tenisovým míčkem. Pálka má být podle oficiálních pravidel dřevěná a plochá, což můžeme vidět na obrázku č. 35, kde jsou rozměry udány v mm. Ovšem pro školní účely nám plně postačí dřevěná softballová pálka. Pro označení hřiště a met potřebujeme celkově 15 kuželů, z toho 11 jedné barvy (vyznačení prostoru met) a 4 druhé barvy (vyznačení výseče pro odpal). Pokud nemáme k dispozici kužely, můžeme použít mety např. z linolea či gumy o velikosti alespoň 30 x 30 cm. Dále musí být označena meta bränner (1 x 1 m), kdy opět pro školní účely můžeme použít například gymnastickou obruč (ČASPV, 2008).



Obr. č. 35 - Pálka na brännball (zdroj: ČASPV, 2008)

5.1.2 Hřiště, hrací doba a počet hráčů

Plocha pro brännball by měla mít travnatý, pískový nebo „mlatový“ povrch a rozměry 50 x 30 m. Rozměry vnitřního hřiště jsou 28 x 20 m, což je vzdálenost met. Pro začátečníky nebo žactvo je vhodné rozměry hřiště upravit. Spojnice met a hlavní čára jsou vždy v rozích prodlouženy o 2 – 3 m a mety 1, 2, 3 jsou vyznačeny právě díky těmto přesahům (viz obr. č. 36). Samozřejmě pro školní účely nám postačí pouze kužely a hřiště se nemusí „nalajnovat“. Dále na obrázku ? je vidět, kde je umístěna meta brännera, box pálkařů a místo pro odpal (ve vnějším poli uprostřed mezi 1. a cílovou metou v délce 4 m – vyznačeno kužely na výseči pro odpal (viz obr. č. 36), protože tyto posty jsou důležité i pro hru ve škole a nejen na soutěžích (ČASPV, 2008).



Obr. č. 36 - Brännbalové hřiště (zdroj: Kupr, Riabcová, Suchomel, 2010)

Podle oficiálních pravidel má družstvo 11 hráčů a pokud počet klesne pod 9, hra je předčasně ukončena. Pro hru ve škole nemusíme, nebo ani často nemůžeme, dodržovat toto pravidlo, a proto doporučuji, aby družstvo mělo 6 - 11 hráčů. Utkání má dva poločasy a poločas trvá 12 minut hrubého času. Pokud byly nějaké velké prodlevy, rozhodčí (učitel) může nastavit čas (ČASPV, 2008).

5.1.3 Princip hry

Hrají proti sobě 2 družstva – polaři a pálkaři. Cílem je získat větší počet bodů než soupeř a dosáhnout tak vítězství. Po prvním poločase (po 12 minutách) si polaři a pálkaři vymění pozice. Pro zápis bodů může učitel využít protokol, který se využívá při soutěžích (viz obr. č. 37) a o kterém se dále zmíním v následující kapitole (ČASPV, 2008).

ČASPV - KOMISE REKREAČNÍCH SPORTŮ PROTOKOL O UTKÁNÍ V BRÄNNBALLE <i>Soutěž:</i>																							
Datum :						Místo :						Kategorie :						Skupina :					
A družstvo :												B družstvo :											
Pořadí hráčů na pálce												Pořadí hráčů na pálce											
1.												1.											
2.												2.											
3.												3.											
4.												4.											
5.												5.											
6.												6.											
7.												7.											
8.												8.											
9.												9.											
10.												10.											
11.												11.											
12.												12.											
13.												13.											
A družstvo						ZÍSKANÉ BODY V POLI						B družstvo											
						2 body =		Chycen i do jedné ruky								2 body =							
						1 bod =		Chycen i do dvou rukou								1 bod =							
						1 bod =		Bum – Spálený								1 bod =							
						5 bodů =		Předhánění								5 bodů =							
						6 bodů =		Nikdo na pálce								6 bodů =							
A družstvo						ZÍSKANÉ BODY NA PÁLCE						B družstvo											
						1 bod =		Home – Doma								1 bod =							
						6 bodů =		Home run – Celé kolo								6 bodů =							
						4 body =		Přestoupení lajny								4 body =							
První půle														První půle									
Druhá půle														Druhá půle									
Celkem bodů														Celkem bodů									
Kapitán A družstva :												Kapitán B družstva :											
Zapisovatel :												Hlavní rozhodčí :											
Bránnr :						Pálkař :						Polař :											

Obr. č. 37 - Protokol pro brännball (zdroj: ČASPV, 2008)

5.1.4 Hra na pálce a zisk bodů

Pálkaři mají předem určené pořadí, ve kterém půjdou na odpal. Toto pořadí se zaznamenává právě do již zmíněného protokolu (viz obr 38, žluté zvýraznění). Pořadí nesmí být porušeno, pokud se tak stane, znamená to zisk 5 bodů pro polaře. Úkolem pálkařů je vlastním nadhozem odpálit míček do výšece a oběhnout všechny mety po vnějším poli s došlapem na každou z nich. Pálkující hráč musí při odpalu stát před hlavní čarou a za dobrý odpal se považuje, když míč:

- dopadne do výšece a zůstane uvnitř,
- dopadne do výšece a po odrazu přejde mimo výšeč,
- dopadne do výšece a po odrazu přejde za hlavní čáru,
- zasáhne ve výšeči pro odpal hráče nebo rozhodčího nebo jejich oděv,
- je chycen nebo tečován hráčem v poli, i když nestojí ve výšeči pro odpal,

- je pouze tečován pálkujícím hráčem a dopad míče splňuje předešlé body (ČASPV, 2008).

Po odpalu pálkař musí odložit pátku v místě pro odpal, pokud je tomu jinak, je spálený a posouvá se pouze na 1. metu. Když nastane situace, že při dobrém odpalu polaři nemohou dosáhnout na míč nebo jim brání nějaká překážka, rozhodčí (učitel) přizná pálkaři dvoumetový odpal = pálkař i ostatní běžci na metách postoupí o 2 mety dopředu. Při chybném odpalu všichni běžci zůstávají (nebo se vrací, pokud již vyběhli) na svých metách. Běžci mohou běžet jen ve vnějším poli a když toto pravidlo poruší, např.: si zkrátí cestu vnitřním polem, jsou spáleni a musí se vrátit na 1. metu.

Pálkař získává 1 bod po dosažení cílové mety s postupným posunem nebo získává 6 bodů za tzv. home run, což je oběhnutí celého hřiště po vlastním odpalu. Pálkaři získávají také 4 body při chybě hráčů v poli - bränner překročí hlavní čáru nebo sebere míček z vnitřního pole. Učitel body zaznamená v příslušném řádku protokolu – (viz obr. č. 38, světlemodré zvýraznění). Jak již bylo zmíněno výše, pálkaři se mohou na metách předbíhat a na jedné metě jich může stát několik.

ČASPV - KOMISE REKREAČNÍCH SPORTŮ PROTOKOL O UTKÁNÍ V BRÄNNBALLE <i>Soutěž:</i>											
Datum :			Místo :			Kategorie :			Skupina :		
A družstvo:						B družstvo:					
Pořadí hráčů na pálce						Pořadí hráčů na pálce					
1.						1.					
2.						2.					
3.						3.					
4.						4.					
5.						5.					
6.						6.					
7.						7.					
8.						8.					
9.						9.					
10.						10.					
11.						11.					
12.						12.					
13.						13.					
A družstvo			ZÍSKANÉ BODY V POLI						B družstvo		
			2 body =		Chycení do jedno ruky				2 body =		
			1 bod =		Chycení do dvou rukou				1 bod =		
			1 bod =		Burn – Spálený				1 bod =		
			5 bodů =		Předhánění				5 bodů =		
			6 bodů =		Nikdo na pálce				6 bodů =		
A družstvo			ZÍSKANÉ BODY NA PÁLCE						B družstvo		
			1 bod =		Home – Doma				1 bod =		
			6 bodů =		Home run – Celé kolo				6 bodů =		
			4 body =		Přestoupení lajny				4 body =		
První půle									První půle		
Druhá půle									Druhá půle		
Celkem bodů									Celkem bodů		
Kapitán A družstva:						Kapitán B družstva:					
Zapisovatel :						Hlavní rozhodčí :					
Bránnr:				Pálkař:				Polař:			

Obr. č. 38 - Protokol - vyplňování (zdroj: ČASPV, 2008)

Při obíhání met musí běžci došlápnout na metu ještě předtím, než bränner stojí alespoň jednou nohou na své metě, drží míček a hlasitě zvolá „BRÄNN“ (= spálený) (viz obr. č. 39). Hráči, kteří nestojí na metách, se musí vrátit na předchozí metu a tím polaři získávají další body. Pozor na předčasný výběh, což znamená ještě před odpalem pálkaře. V tomto případě se musí odpal opakovat a všichni se vrací na původní mety. Může nastat situace, kdy pálkaři nemají nikoho na pálce, protože jsou všichni v poli. Poté jde na pálku hráč v pořadí dle protokolu (ČASPV, 2008).



Obr. č. 39 - Práce brännerera (zdroj: vlastní)

5.1.5 Hra v poli a zisk bodů

Polaři se mohou rozmístit libovolně po vnějším i vnitřním poli a za základní čarou. Jediný prostor, kam mohou až po odpalu, je pálkoviště. Jejich úkolem je co nejdříve se zmocnit míčku, přihrát ho brännerovi (spalovači) a tím zastavit pálkaře v obíhání met, protože v tomto momentu je hra zastavena. V případě, že pálkař při obíhání met brání polaři v chycení míčku, je spálený a musí se vrátit na 1. metu.

Bränner je spoluhráč polařů a smí se pohybovat pouze ve vnějším hřišti za hlavní čarou a nesmí vstoupit do vnitřního pole a stejně tak nesmí ani sebrat míček z vnitřního pole (trest 4 body pro pálkaře). Pro zastavení hry musí stát bränner alespoň jednou nohou na své metě a zakřičet „bränn“. Nesmí se dotýkat mety jinou částí těla, než chodidlem.

Polaři sbírají nejčastěji body za chycení míčku z odpalu. Pokud hráči v poli chytí míček do jedné ruky, připisují se družstvu 2 body, pokud chytí míček do dvou rukou nebo s dotykem jiné části těla, připisuje se 1 bod. Nutno podotknout, že body za chycení míčku platí i mimo výseč. Za „spálené“ hráče, tedy ty, kteří při zavření hry nedosáhli

mety, získávají polaři 1 bod. Může nastat situace, že pálkaři nemají nikoho na pálce a za to polaři získají 6 bodů, za úmyslné porušení pořadí na pálce získají 5 bodů. V případě, že pálkař neodloží pátku na místě pro odpal, znamená to zisk 1 bodu pro hráče v poli (ČASPV, 2008).

5.2 Průpravné hry a cvičení

Míčová hra

Cíl: trénink přihrávky a chytání míče

Vybavení: tenisové míčky

Místo: tělocvična, venkovní hřiště

Počet žáků: 8 – 18 žáků (2 družstva po 4 – 9 žácích)

Žáci vytvoří dvě vyrovnaná družstva a rozliší se barvami. Podle celkového počtu žáků je zvolena velikost hřiště (např.: polovina basketbalového hřiště). Všichni žáci se rozmístí libovolně po hřišti. Jeden žák má míček, jeho družstvo si přihrává a přihrávky si počítá. Úkolem druhého družstva je chytit míček od soupeře, aby si družstvo také mohlo přihrávat a počítat přihrávky. Hru hrajeme 5 minut. Vítězí družstvo, které má větší počet přihrávek.

Přihrávky – o stěnu

Varianta A

Cíl: trénink přihrávky a chytání míče

Vybavení: tenisové míčky

Místo: tělocvična, venkovní hřiště

Počet žáků: žáci cvičí jako jednotlivci

Každý žák má svůj míček a hází ho o stěnu z předem určené vzdálenosti. Žáci chytají míček do obou rukou.

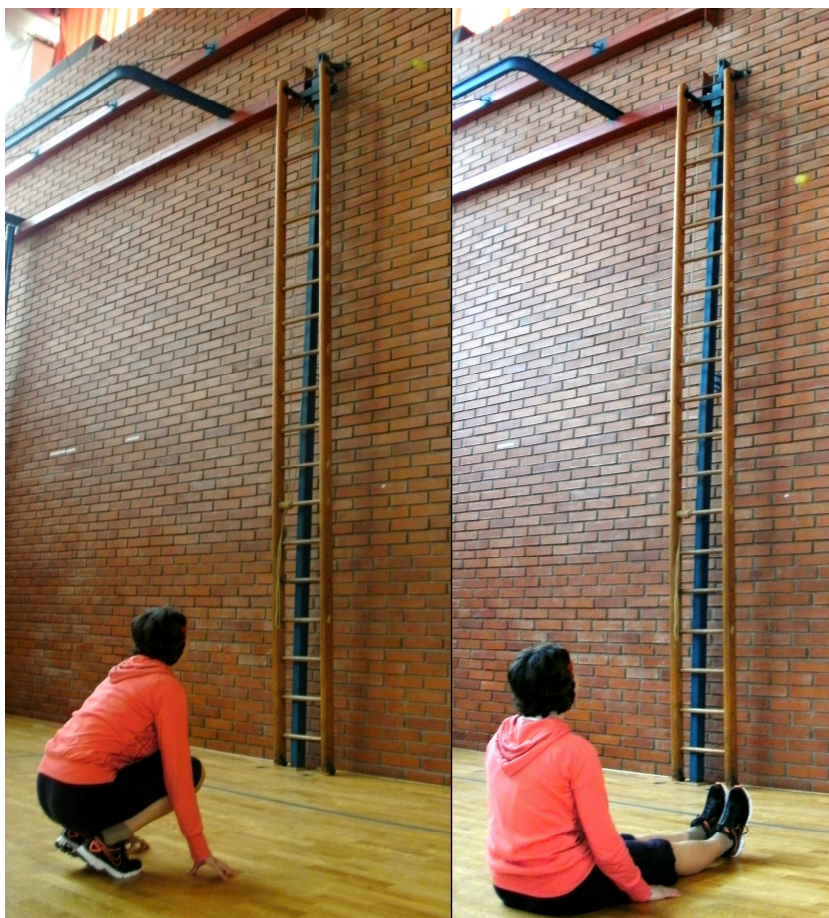
Varianta B

Vše zůstává stejné jako u varianty A. Jedinou změnou je, že žáci chytají míček do jedné ruky.

Varianta C

Vše zůstává stejné jako u varianty A, ale pokud žáci zvládají variantu A i B, zařadíme po odhodu na stěnu např.: otočení o 360°, dřep, sed, atd. (viz obr. č. 40).

Pozn.: Pro motivaci dětí může být vyhlášena soutěž o největší počet chycených míčků bez dopadu na zem.



Obr. č. 40 - Možné pozice během přihrávky o zeď (zdroj: vlastní)

Přihrávky – vysoký míč

Varianta A

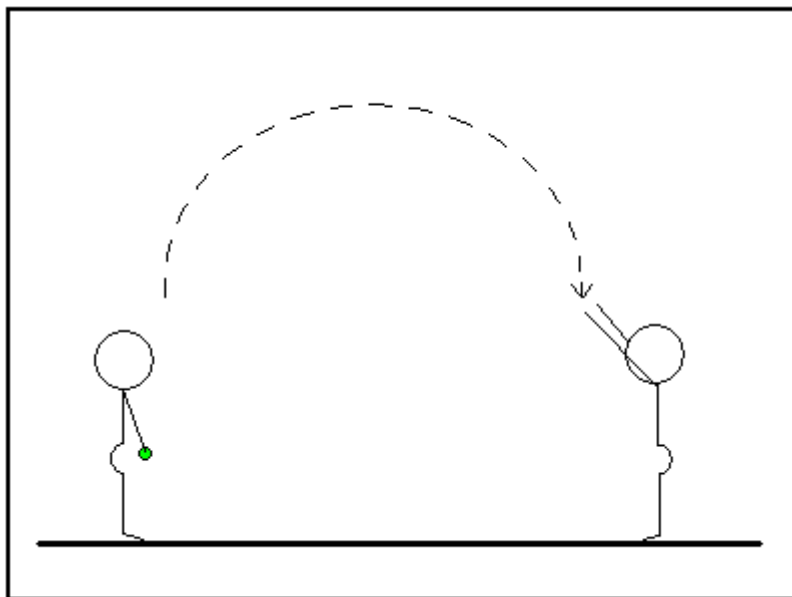
Cíl: trénink přihrávky (přesnost) a chytání míče

Vybavení: tenisové míčky

Místo: tělocvična, venkovní hřiště

Počet žáků: žáci cvičí ve dvojicích

Dvojice se postaví naproti sobě přibližně na vzdálenost 5 m. Na tuto vzdálenost si házejí míček vysokými oblouky a míček chytají do obou rukou (viz obr. č. 41).



Obr. č. 41 - Přihrávka (zdroj: vlastní)

Varianta B

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze v chytání míčku do jedné ruky.

Přihrávky – chytání v běhu

Cíl: trénink chytání míčku v pohybu

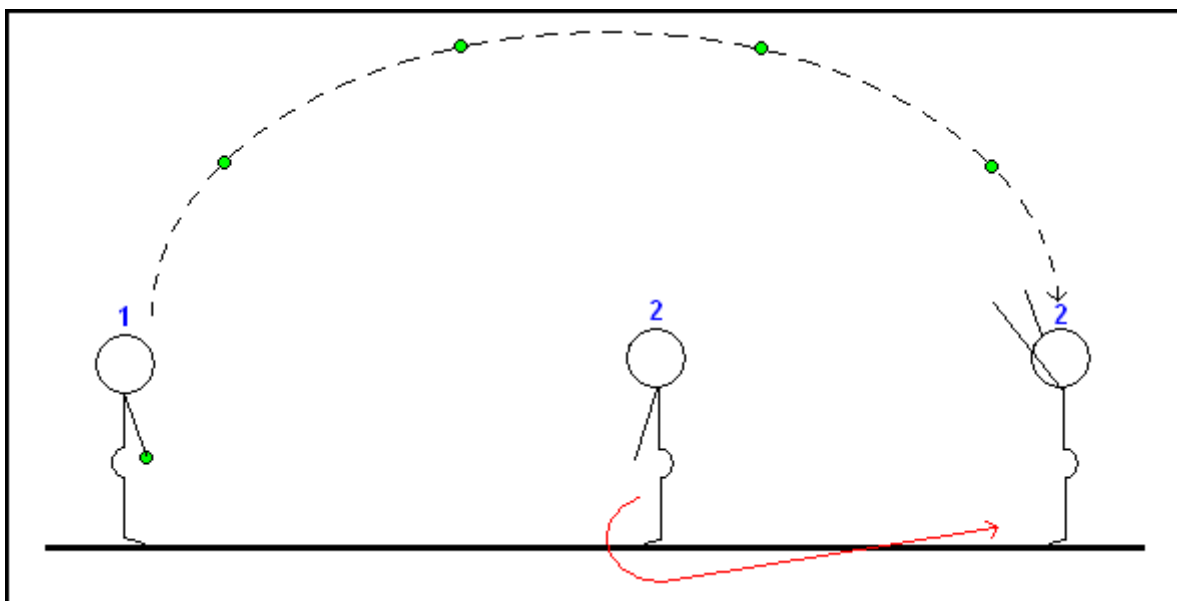
Vybavení: tenisové míčky

Místo: tělocvična, venkovní hřiště

Počet žáků: žáci cvičí ve dvojicích

Varianta A

Dvojice od sebe stojí na vzdálenost cca 4 m. Žák 1 na levé straně má míček a hází vysokou přihrávku za spolužáka 2 na pravé straně. Ten vybíhá v momentě, kdy míček opouští ruku žáka 1 nalevo a snaží se míček chytit do obou rukou (viz obr. č. 42).



Obr. č. 42 - Průběh přihrávání v běhu u varianty A (zdroj: vlastní)

Variant A

Vše zůstává stejné jako u varianty A, změna je pouze v chytání míčku do jedné ruky.

Variant C

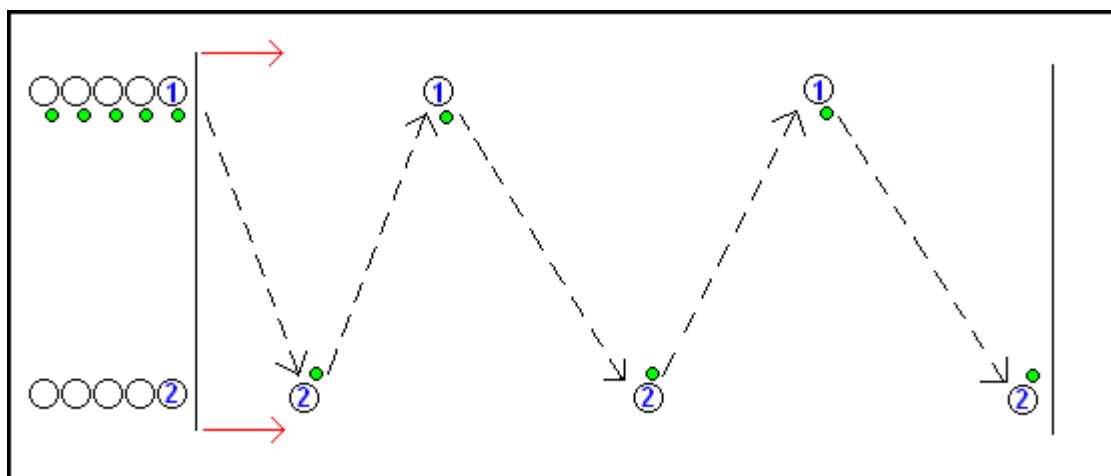
Cíl: trénink chytání míčku v pohybu, přesnost přihrávky

Vybavení: tenisové míčky

Místo: tělocvična, venkovní hřiště

Počet žáků: 10 – 20 žáků – rozdělíme na 2 poloviny

Žáci vytvoří 2 zástupy na vzdálenost cca 5 m. Učitel určí zástup, ve kterém budou mít všichni žáci míček. První z obou zástupů vyběhají dopředu (viz obr. č. 43, žák 1 a 2) a v běhu si přihrávají. Postupně vyběhají další žáci.



Obr. č. 43 - Průběh přihrávání v běhu u varianty C (zdroj: vlastní)

Kradená

Cíl: trénink přesnosti nadhozu míčku nad sebe

Vybavení: tenisové míčky

Místo: tělocvična, venkovní hřiště

Počet žáků: skupiny žáků po 6 – 10

Skupina žáků vytvoří kruh s rozstupem cca 2 - 3 metry a každý má svůj míček. Žáci se postaví levým bokem do kruhu. Na povel učitele – písknutí – vyhodí míček (dostatečně vysoko) nad sebe a běží chytit míček spolužáka před sebou. Toto se opakuje, dokud se nevrátí na svou původní pozici. Můžeme opakovat další kolo nebo pro další kolo změnit směr.

Pozn.: Pokud je více skupin po méně žácích, mohou být motivováni vyhlášením soutěže, kolik udělají přesunů bez spadnutí míčku.

Oči na stopkách

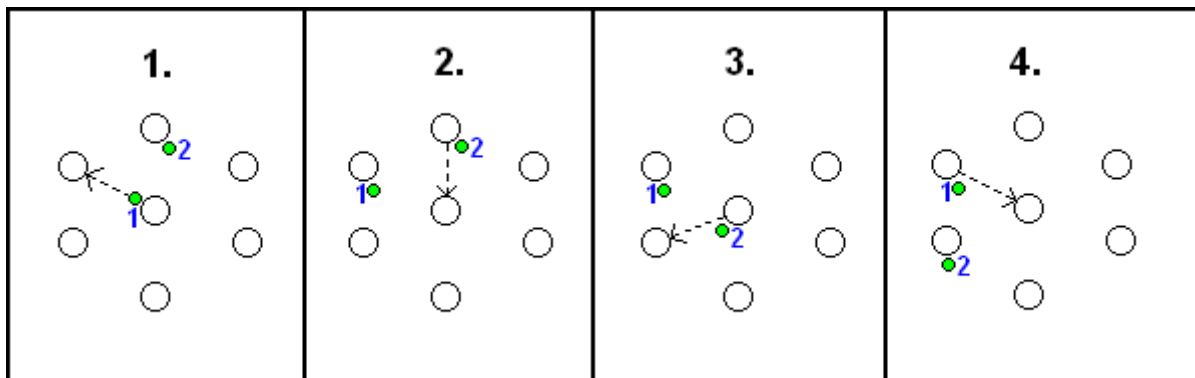
Cíl: trénink pro zrychlení práce rukou při házení a chytání

Vybavení: 2 tenisové míčky

Místo: tělocvična, venkovní hřiště

Počet žáků: skupiny žáků po 6 – 10

Skupina žáků vytvoří kruh s rozstupem 1 – 3 m (dle počtu žáků ve skupině) a zvolí si jednoho spolužáka, který bude stát uprostřed kruhu. Míček 1 má žák uprostřed a míček 2 má žák na obvodu. Středový žák bude míček chytat a házet následovně: míček 1 hodí nalevo od míčku 2 dalšímu volnému spolužákovi, chytí míček 2 a hodí ho znovu nalevo od míčku 1 a tímto způsobem pokračujeme po obvodu kruhu (viz obr. č. 44). Postupně se žáci ve středu prostřídají.



Obr. č. 44 - Průběh u cvičení "Oči na stopkách" (zdroj: vlastní)

Chytaná

Cíl: trénink chytání míčků (flyballů)

Vybavení: tenisové míčky, 4 kužely (pro vyznačení výseče)

Místo: venkovní hřiště

Počet žáků: skupiny žáků po 12 – 20

Žáci se rozdělí do dvou týmů. Tým 1 zaujme místa hráčů v hřišti (polařů), tým 2 vytvoří zástup na místě pro odpal a postupně vyhazuje míčky do vnitřního hřiště. Žáci týmu 2 mají k dispozici každý jeden hod. Poté si družstva vymění pozice (celkově 2x až 3x). Body sbírají polaři dle pravidel za chycení míčku – chycení do obou rukou = 1 bod, chycení do jedné ruky = 2 body. Vítězí družstvo, které má na konci více bodů.

Hod' a běž

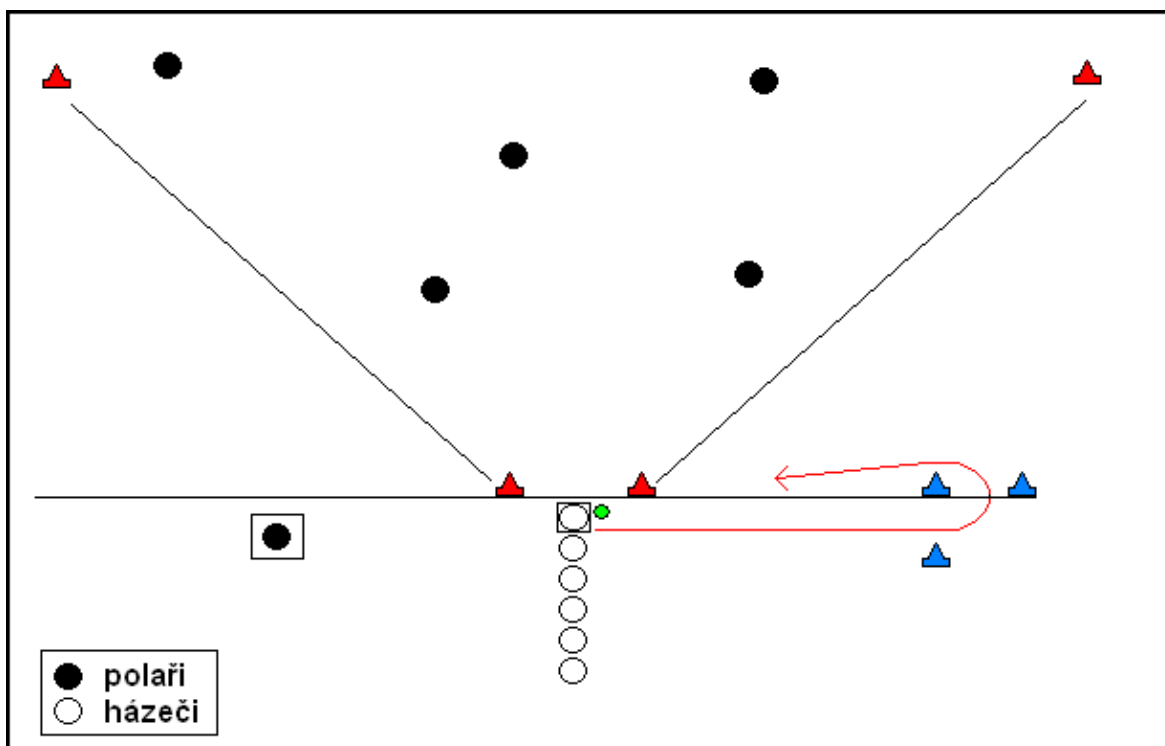
Cíl: trénink házení a chytání míčku

Vybavení: tenisový míček, 4 kužely pro vyznačení výseče, 3 kužely pro vyznačení 1. mety, meta brännera (možno použít např. gymnastický kruh), jedna gumová meta cca 30 x 30 cm, např. z linolea

Místo: venkovní hřiště

Počet žáků: 10 – 20 žáků – žáci vytvoří 2 družstva o stejném počtu

Žáci utvoří 2 družstva – polaři a házeči. Polaři se rozmístí libovolně ve výseči pro odpal (v našem případě pro odhod) a jeden z nich zaujme pozici brännera (který dodržuje všechna pravidla platná pro brännery). V prostoru pro odpal je umístěna meta o velikosti 30 x 30 cm, kde se do zástupu seřadí házeči a první má míček (viz obr. č. 45). Házeč hodí míček do hřiště (výseče pro odpal), oběhne 1. metu a vrátí se na metu pro odhod. Polaři míček chytí a snaží se ho co nejrychleji hodit brännerovi. Pokud je házeč na metě pro odhod dříve, než má bränner míček v držení (zakřičí „bränn“), znamená to bod pro házeče. Pokud tomu tak není, bod náleží polařům. Hrací doba 2 x 5 min s výměnou pozic polařů a házečů. Vítězí družstvo, které má víc bodů.



Obr. č. 45 - "Hod" a běž" (zdroj: vlastní)

Odpal a běž

Varianta A - HŘIŠTĚ

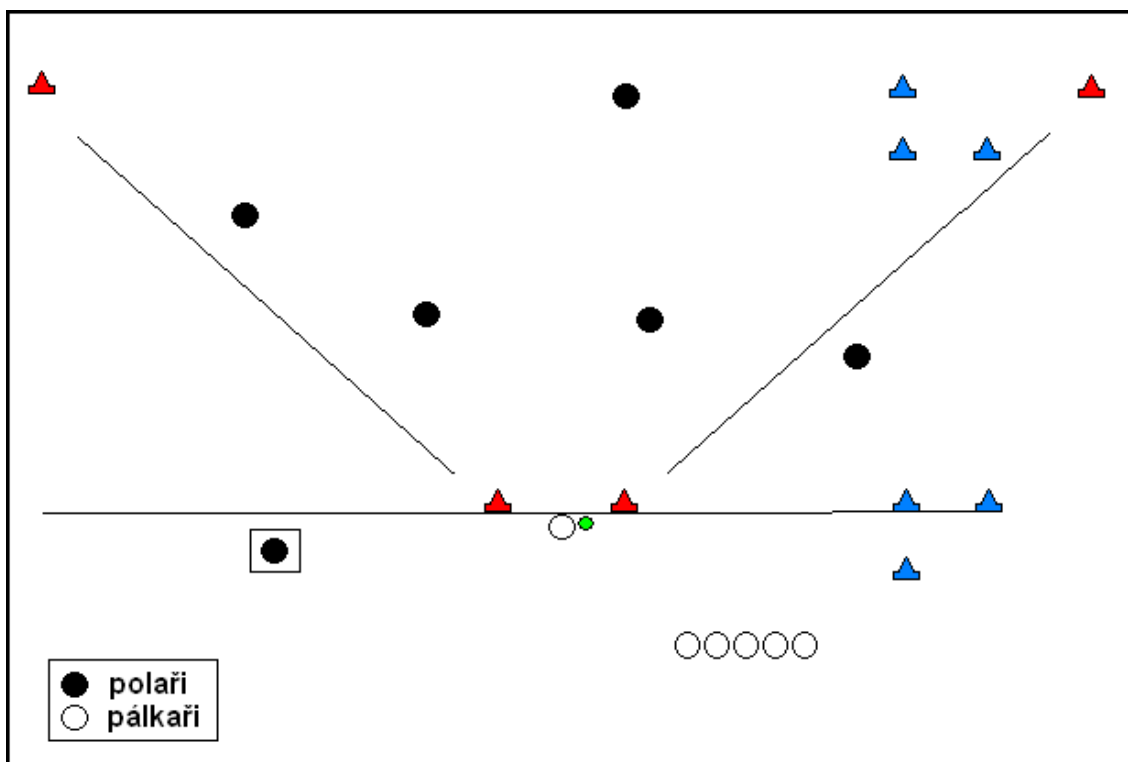
Cíl: trénink házení a chytání míčku, nácvik odpalu

Vybavení: tenisový míček, 4 kužely pro vyznačení výseče, 6 kuželů pro vyznačení 1. a 2. mety, meta brännera (možno použít např. gymnastický kruh)

Místo: venkovní hřiště

Počet žáků: 10 – 20 žáků – žáci vytvoří 2 družstva o stejném počtu

Žáci se rozdělí na 2 družstva – polaři a pálkaři. Polaři se rozmístí libovolně po hřišti a jeden z nich zaujme pozici brännera (který dodržuje všechna pravidla platná pro brännery) (viz obr. č. 46). Pálkaři si zvolí pořadí, v kterém půjdou na odpal. Cílem pálkařů je odpálit míček a běžet co nejrychleji na 2. metu. Pokud je pálkař na 2. metě dříve, než má brännner míček v držení (zakřičí „bränn“), získávají pálkaři 1 bod. Polaři získávají body za chycení míčku z odpalu dle pravidel (2 body = chycení do jedné ruky, 1 bod = chycení do obou rukou) a mohou získat také 1 bod, pokud má brännner míček v držení dříve, než pálkař doběhne na 2. metu. Hrací doba je 2x 5 min s výměnou pozic pálkařů a polařů. Vítězí družstvo, které má víc bodů.



Obr. č. 46 - "Odpal a běž" (zdroj: vlastní)

Variant A – TĚLOCVIČNA

Vše zůstává stejné jako u varianty A, mění se pouze místo pro hru – tělocvična a je třeba jedna žíněnka. Protože v tělocvičnách není většinou dostatek prostoru, je nutné zkrátit vzdálenosti na mety a pak je možno zařadit pro pálkaře na trase mezi 1. a 2. metou např.: kotoul vpřed, kotoul vzad, přemet stranou, atd.

Sběrači bodů

Cíl: trénink házení a chytání míčku, nácvik odpalu

Vybavení: pálka, tenisový míček, 11 kuželů pro vyznačení 4 met, 4 kužely pro vyznačení výseče pro odpal, meta brännerera

Místo: venkovní hřiště

Počet žáků: 12 – 20 žáků – žáci vytvoří 2 družstva o stejném počtu

Žáci se rozdělí do 2 družstev – polaři a pálkaři. Polaři se rozmístí libovolně po hřišti s jeden z nich zaujme pozici brännerera (který dodržuje všechna pravidla platná pro brännery). Pálkaři si zvolí pořadí, ve kterém půjdou na odpal. Odpálí míček a jejich úkolem je doběhnout na co nejvzdálenější metu, než polaři míček chytí a hodí ho brännerovi, který zastaví hru (zakřičením „bränn“). Polaři získávají body za chycení míčku z odpalu dle pravidel (2 body = chycení do jedné ruky, 1 bod = chycení do obou rukou). Naopak pálkaři získávají body podle toho, na jakou metu doběhli – 1. meta =

1 bod, 2. meta = 2 body, 3. meta = 3 body, cílová meta = 4 body. Pokud se pálkař v době zastavení hry nachází mezi metami (nedosáhl na metu), je spálený, což znamená, že se vrací na 1. metu a získává tedy 1 bod. Hrací doba 2 x 7 minut s vystřídáním pozic polařů a pálkařů.

Hra naruby

Cíl: trénink házení a chytání míčku, nácvik odpalu

Vybavení: pálka, tenisový míček, 11 kuželů pro vyznačení 4 met, 4 kužely pro vyznačení výseče pro odpal, meta brännera

Místo: venkovní hřiště

Počet žáků: 12 – 22 žáků – žáci vytvoří 2 družstva o stejném počtu

Žáci se rozdělí do 2 družstev – polaři a pálkaři. Hra probíhá podle klasických pravidel s tím rozdílem, že pálkaři běží opačným směrem – od cílové mety k 1. metě. Hrací doba je 2 x 7 min s výměnou pozic polařů a pálkařů.

6 Závěr

Práce je zaměřena na využití sportovních netradičních her na 2. stupni základních škol. Dílčími cíly práce bylo zjistit, zda učitelé využívají některé netradiční hry při tělesné výchově a pro které netradiční hry by měli zájem o metodické materiály. K získání těchto informací byla zvolena anketa a na základě jejího vyhodnocení bylo hlavním cílem práce vytvoření metodických materiálů pro dvě vybrané sportovní netradiční hry.

Na začátku práce je popsána historie tělesné výchovy od 50. let 18. století na území České republiky. Popsána je poněkud zdoluhavá cesta, jak se tělesná výchova stala povinným předmětem na základních školách. Dále práce obsahuje vysvětlení pojmů jako jsou sportovní hry nebo rozdíl mezi tradičními a netradičními hrami. Není opomenut ani vývoj dítěte mezi 11. a 15. rokem života, protože pro děti je toto období velice důležité, prochází velkou řadou změn.

Další část práce je věnována anketnímu šetření, bez kterého by nebylo možné splnit hlavní cíl práce. Ankety se zúčastnilo 45 učitelů tělesné výchovy a jejich věkové složení je poměrně rovnoměrně rozloženo do několika věkových skupin. I poměr mužů a žen, jako učitelů tělesné výchovy, je docela vyrovnaný, ale zatím stále ženy předčí muže. Ačkoliv učitelé znají některé netradiční hry, v tělesné výchově je využívají jen velice zřídka. Dvěma nejoblíbenějšími netradičními hrami jsou ringo a frisbee. Tyto hry zařazuje do hodin tělesné výchovy 70 % dotázaných. Nadpoloviční většina učitelů odpověděla, že má potřebné vybavení pro netradiční hry. Ovšem učitelé využívají především zmíněné hry ringo a frisbee, které nejsou náročné na pořizovací náklady v porovnání například s hrou lakros. Mezi učiteli je zájem o metodický materiál, protože na spoustu netradičních her neexistuje žádná literatura v českém jazyce. 60 % respondentů by uvítalo metodický materiál pro kinball. Ten, jako jedna z mála netradičních sportovních her, má velmi dobré webové stránky (Český svaz kinballu), kde je možno nalézt i metodiku této hry. Proto byla zvolena hra brännball a tchoukball, které byly v pořadí po kinballu a pro něž byla vytvořena různá cvičení a průpravné hry.

Poslední část se tedy věnuje zásobníku průpravných her a cvičení pro vybrané sportovní netradiční hry. U každé hry je představena její historie, stručná pravidla a cvičení, která jsou doplněna o fotografie a schémata. Tato práce má posloužit tomu, aby tyto netradiční hry měly možnost být zařazeny se do hodin tělesné výchovy.

Důvodem je stále klesající zájem dětí o pohyb, proto by měly být do hodin tělesné výchovy zapojeny nové a nevšední hry, které přitáhnou pozornost dětí a toto je jedna z možností, jak toho dosáhnout.

7 Literatura

Asociace Českomoravského kroketu, 2004. *Zjednodušená pravidla asociačního kroketu*. [online]. [cit. 2013-04-19]. Dostupné z: http://www.kroket.org/pravidla/laws_simplified.php

BELŠAN, P., aj., 1980. *Tělesná výchova pro 5. až 8. ročník základní školy*. 3. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 456 s.

BLÁHA, L., 2011. Tchoukball. *Velké pohybové hry: Sportovní hry s různým zaměřením* [online]. [cit. 2013-04-15]. Dostupné z: http://pf.ujep.cz/~blaha/vphsopuv.htm#_Tchoukball

ČASPV, 2008. *Pravidla brännballu* [online]. [cit. 2013-04-15]. Dostupné z: http://www.veltrusy.cz/aspv/rs/storage/brenbal/08_pravidla_brenbal.pdf

EAMOS, 2002 – 2013. *Vybrané kapitoly z dějin tělesné výchovy: Školní tělesná výchova v českých zemích (do roku 1918)* [online]. [cit. 2013-03-20]. Dostupné z: http://eamos.pf.jcu.cz/amos/kat_tv/modules/low/kurz_text.php?id_kap=26&kod_kurzu=kat_tv_9025

Faustball Czech, 2013. *Co je Faustball* [online]. [cit. 2013-04-15]. Dostupné z: <http://www.faustballczech-cfa.cz/clanky/co-je-faustball.html>

Fédération Internationale de Tchoukball, 2013. *Tchoukball Rules* [online]. [cit. 2013-04-15]. Dostupné z: <http://www.tchoukball.org/index.php?id=21>

KÖSSL, J., ŠTUMBAUER, J., WAIC, M., 2004. *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 159 s. ISBN 80-246-0802-2.

KRÁTKÝ, F., KÖSSL, J., MAREK, J., 1986. *Dějiny tělesné výchovy II.: od roku 1848 do současnosti*. 1. vyd. Praha: Olympia, 263 s.

KUPR, J., RJABCOVÁ, H., SUCHOMEL, A., 2010. *Metodika her méně rozšířených ve školní tělesné výchově*. 1. vyd. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 93 s. ISBN 978-80-7372-621-8.

Lakros klub: Iktočante Holešov, 2011. *Co je lakros?* [online]. [cit. 2013-04-09]. Dostupné z: <http://www.iktocante.cz/page/co-je-lakros/>

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2006 – 2012. *Rámcové vzdělávací programy* [online]. [cit. 2013-04-09]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/skolskareforma/ramcove-vzdelavaci-programy>

NOVÁČEK, V., aj., 2001. *Vybrané kapitoly z teorie a didaktiky tělesné výchovy*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 45 s. ISBN 80-210-2642-1.

Online portál o frisbee: Frisbee.cz, 2008. *Ultimate frisbee* [online]. [cit. 2013-04-09]. Dostupné z: <http://www.frisbee.cz/ultimate-frisbee.html>

PRŮCHA, J., 2007. *Moderní pedagogika*. 3. přepracované a aktualizované vydání. Praha: Portál, 480 s. ISBN 978-80-7367-047-4.

PRÝMASOVÁ, L., 2008. Co je hra a kdy je soutěž hrou?. *Metodický portál RVP: Metodický portál inspirace a zkušenosti učitelů* [online]. [cit. 2013-04-09]. Dostupné z: <http://clanky.rvp.cz/clanek/o/z/2329/CO-JE-HRA-A-KDY-JE-SOUTEZ-HROU.html/>

Ricochet Czech Republic, 1997 – 2013. *Co je ricochet* [online]. [cit. 2013-04-09]. Dostupné z: <http://www.e-ricochet.cz/co-je-ricochet/popis-sportu/>

Stránky českého tchoukballu, 2007. *Co je tchoukball* [online]. [cit. 2013-04-15]. Dostupné z: <http://www.tchoukball.cz/o-tchoukballu/co-je-tchoukball>

TÁBORSKÝ, F., 2004. *Sportovní hry: Sporty známé i neznámé*. Praha: Grada, 159 s. ISBN 80-2470-875-2.

Tchoukball UK, 2002. *History of tchoukball* [online]. [cit. 2013-04-15]. Dostupné z: www.tchoukball.org.uk/history

TJ Mláď Olomouc, 2005 – 2009. *Pravidla brännballu* [online]. [cit. 2013-04-15]. Dostupné z: <http://www.tjmladiolomouc.net/brannball.php?clanek=historie>

VILÍMOVÁ, V., 2002. *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Paido, 104 s. ISBN 80-7315-033-6.

WINKLER, J., PETRUSEK, M., 1997. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum Praha, 598 s. Academia. ISBN 80-7184-164-1